

令和 7 年



10月 給食献立表

五条くじら小規模保育園

日 曜	AMおやつ	昼食	PMおやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
1 水	牛乳	麦ご飯 さわらの西京焼き もやしと錦糸卵のサラダ かぼちゃのすまし汁 ハイン缶	お茶 クリーミーフルーチェ	牛乳・さわら・麦みそ・ 錦糸卵・絹ごし豆腐・生 クリーム	米・押麦・砂糖・いりごま・ フルーチェ	もやし・きゅうり・にんじん・ かぼちゃ・しめじ・パインアッ プル缶詰
2 木	牛乳	ご飯 具入り卵焼き 大根サラダ わかめの味噌汁	お茶 じゃがいももち	牛乳・鶏卵・鶏むき肉・ まぐろ水煮缶詰・油揚 げ・麦みそ	米・砂糖・マヨドレ・じゃが いも・片栗粉・なたね油	たまねぎ・にんじん・乾しいた け・だいこん・きゅうり・カッ トわかめ
3 金	牛乳	ロールパン バーベキューチキン マリネサラダ 豆乳スープ	お茶 わかめおにぎり&いりこ	牛乳・若鶏もも・しらす 干し・ベーコン・豆乳	ココア・ロールパン・砂糖・ 油・米	しょうが・たまねぎ・トマトケ チャップ・アスパラガス・きゅ うり・にんじん・ほうれんそ う・炊き込みわかめ
4 土	牛乳	牛丼 三色ナムル キャベツのすまし汁	牛乳 お菓子	牛乳・牛ばら	米・砂糖・ごま油・いりご ま・ウエハース	たまねぎ・もやし・ほうれんそ う・コーン・キャベツ・しめ じ・にんじん
6 月	牛乳	お月見うさぎさんカレー ひじきサラダ カップヨーグルト	お茶 お月見団子	牛乳・ぶたひき肉・ウイ ンナーソーセージ・ツナ 缶・ヨーグルト・きな粉	米・じゃがいも・油・マヨド レ・砂糖・片栗粉	たまねぎ・にんじん・グリーン ピース・トマトケチャップ・乾 ひじき・きゅうり
7 火	牛乳	★お月見メニュー ご飯 さばの塩焼き さっぱりサラダ 根菜のすまし汁 オレンジ	牛乳 シュガーパイ	牛乳・さば・ロースハ ム・油揚げ	米・砂糖・油・さといも・パ イ皮・グラニュー糖	キャベツ・にんじん・だいこ ん・こねぎ・オレンジ
8 水	牛乳	ゆかりごはん 鶏肉の塩こうじ焼き ビーフンサラダ なすの味噌汁	牛乳 マシュマロサンド	牛乳・若鶏もも皮なし・ ツナ缶・麦みそ	米・塩こうじ・ビーフン・マ ヨドレ・マシュマロ・リッツ	きゅうり・にんじん・なす・こ まつな・たまねぎ
9 木	牛乳	ご飯 すきやき風煮 もやしのナムル なめこの味噌汁	牛乳 チーズカップケーキ	牛乳・ぶた肉・焼き豆 腐・麦みそ・パルメザン チーズ	米・しらたき・油・砂糖・ご ま油・いりごま・ホットケ ーキミックス	はくさい・長ねぎ・生しいた け・もやし・にんじん・なめ こ・たまねぎ・カットわかめ
10 金	牛乳	ミートソーススパゲティ ブロッコリーと人参のサラダ コンスープ	お茶 鮭おにぎり	牛乳・牛ひき肉・ぶたひ き肉・豆乳・さけ缶詰	マカロニ・スパゲティ・油・ 砂糖・米	たまねぎ・にんじん・ゆで冷凍 グリーンピース・ホールトマト・ トマトケチャップ・ゆでブロッ コリー・にんじん・きゅうり・ コーン缶詰クリーム
11 土	牛乳	チャーハン ほうれん草のごま和え 中華風スープ	牛乳 お菓子	牛乳・ぶたばら・若鶏も も	米・ごま油・いりごま・砂 糖・甘辛せんべい	たまねぎ・にんじん・グリーン ピース・ほうれん草・にんじ ん・りょうとうもやし・青ビー マン
14 火	牛乳	ご飯 カレーのオーロラソース焼き 大豆とひじきの煮物 春雨スープ	牛乳 ジャムサンド	牛乳・まがれい・大豆水 煮缶詰・油揚げ・ぶた肉	米・薄力粉・油・マヨドレ・ 砂糖・はるさめ・食パン・有 塩バター	トマトケチャップ・乾ひじき・ にんじん・キャベツ・たまね ぎ・いちごジャム
15 水	牛乳	栗ご飯 鶏の照り焼き 切干大根としらすのサラダ かぼちゃのすまし汁	牛乳 米粉の蒸しパン	牛乳・若鶏もも・しらす 干し・かつお節・豆乳	米・くり甘露煮・くろごま・ 砂糖・ごま油・米粉・油・甘 納豆(あずき)	しょうが・切干しだいこん・ きゅうり・にんじん・くりかぼ ちゃ・カットわかめ・たまねぎ
16 木	牛乳	ご飯 豚肉と玉ねぎのカレー炒め 白菜の塩昆布和え 大根の味噌汁	お茶 大学いも	牛乳・ぶたロース・麦み そ	米・油・ごま油・いりごま・ さつまいも・なたね油・砂 糖・くろごま	たまねぎ・青ピーマン・しめ じ・はくさい・きゅうり・にん じん・塩昆布・だいこん・カッ トわかめ

区分	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂 肪 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (レチノール当量: RE)(μg)	ビタミンB 1 (mg)	ビタミンB 2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)	食塩相当 量 (g)
1.2歳	461	18	17	245	1.8	166	0.23	0.34	17	3.2	1.5
3歳以上	516	21	18	204	1.9	184	0.28	0.35	21	4	1.6

令和 7 年



10月 給食献立表

五条くじら小規模保育園

日 曜	AMおやつ	昼食	PMおやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
17 金		運動会				
18 土	牛乳	五目うどん かぼちゃのサラダ フルーツゼリー	牛乳 お菓子	牛乳・ふた肉・油揚げ	ゆでうどん・マヨドレ・ゼリー・鉄・コラーゲンウエハース(ココア)	はくさい・たまねぎ・にんじん・かぼちゃ・きゅうり
20 月	牛乳	味噌カツ丼 干草和え 厚揚げのすまし汁	お茶 手ういろ	牛乳・若鶏むね(皮なし)・赤色辛みそ・生揚げ	米・薄力粉・パン粉・油・砂糖・いりごま・ごま油・さといも・さつまいも	キャベツ・ほうれんそう・もやし・にんじん・えのきだけ・生しいたけ
21 火	牛乳	★食育献立 愛知県の郷土料理 ご飯 五目煮 みかんサラダ もすくのすまし汁	牛乳 シュガートースト	牛乳・若鶏もも・生揚げ	米・砂糖・油・花魁・食パン・有塩マーガリン	かぼちゃ・さやいんげん・乾しいたけ・きゅうり・にんじん・みかん缶詰・もすく・えのきだけ
22 水	牛乳	ご飯 あじの梅味噌焼き ブロッコリーの胡麻和え けんちん汁	牛乳 りんごケーキ	牛乳・あじ・麦みそ・かつお節・ふたもも(皮脂無)・豆乳	米・砂糖・ごま・ホットケーキミックス・油	梅干し・ゆでブロッコリー・にんじん・ごぼう・だいこん・長ねぎ・りんご缶詰
23 木	牛乳	焼きそば さつまいもサラダ 中華風豆腐スープ	お茶 炊き込みおにぎり	牛乳・ふた肉・かつお節・まぐろ水煮缶詰・絹ごし豆腐・鶏焼きひき肉	中華めん・油・さつまいも・マヨドレ・ごま油・米	たまねぎ・キャベツ・にんじん・あおのり・きゅうり・にんじん・もやし・にら・ごぼう
24 金	牛乳	ご飯 さわらのゆかり焼き 切り干し大根の煮物 チンゲン菜のすまし汁	お茶 きなこマカロニ	牛乳・さわら・ふたばら・きな粉	米・砂糖・マカロニ・スパゲティ	切干しだいこん・にんじん・チンゲンサイ・えのきだけ・たまねぎ
25 土	牛乳	フルコギ丼 のり塩ポテト わかめスープ	牛乳 お菓子	牛乳・ふた肉	米・油・じゃがいも・ゲンシパイ	キャベツ・たまねぎ・にんじん・しめじ・あおのり・カットわかめ・コーン
27 月	牛乳	あぶたま丼 キャベツと竹輪のサラダ 豆腐の味噌汁	牛乳 麩のラスク	牛乳・鶏卵・鶏ひき肉・油揚げ・ちくわ・絹ごし豆腐・麦みそ	米・砂糖・釜焼きふ・無塩バター・グラニュー糖	たまねぎ・生しいたけ・キャベツ・アスパラガス・ほうれんそう
28 火	牛乳	ご飯 さばの味噌煮 中華風サラダ えのきのすまし汁	牛乳 ソーセージ蒸しパン	牛乳・さば・みそ・豆乳・ウインナーソーセージ	米・三温糖・砂糖・ごま油・ホットケーキミックス・油	しょうが・きゅうり・にんじん・だいずもやし・だいこん・えのきだけ・コーン
29 水	牛乳	ご飯 鶏肉の香り焼き 春雨サラダ ベーコンスープ	お茶 フルーツヨーグルト	牛乳・焼き若鶏もも・かにかまぼこ・ベーコン・プレーンヨーグルト	米・はるさめ・砂糖・ごま油	きゅうり・にんじん・はくさい・たまねぎ・パナナ・ハインアップル缶詰・みかん缶詰
30 木	牛乳	ふりかけごはん 鶏のから揚げ マカロニサラダ ポトフ風スープ ヤクルト ★誕生会メニュー	牛乳 ココアカップケーキ	牛乳・若鶏もも・ロースハム・ヤクルト・豆乳	ご飯・片栗粉・油・マカロニ・スパゲティ・マヨドレ・じゃがいも・ホットケーキミックス・砂糖・ホイップクリーム	きゅうり・にんじん・キャベツ・たまねぎ・にんじん・パナナ
31 金	牛乳	ロールパン ハロウィンシチュー ブロッコリーサラダ バナナ ★ハロウィンメニュー	牛乳 ハロウィンクッキー	牛乳・若鶏もも皮なし・ツナ缶	ロールパン・じゃがいも・砂糖・油・薄力粉・無塩バター	かぼちゃ・たまねぎ・にんじん・グリーンピース・ゆでブロッコリー・きゅうり・パナナ



離乳食後期 献立表

令和 7年10月

五条くじら小規模保育園

日付	献立名			食品名
	AMおやつ	昼食	PMおやつ	
1 (水)	お茶	軟飯・カレイの味噌煮・きゅうりスティック・豆腐のすまし汁	ベビーせんべい	・麦茶・米・まがれい・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・麦みそ・片栗粉・きゅうり・絹ごし豆腐・かぼちゃ・薄口しょうゆ・ハイハイ
2 (木)	お茶	軟飯・鶏肉と野菜の煮物・きゅうりスティック・大根の味噌汁	ベビービスケット	・麦茶・米・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・きゅうり・麦みそ・ビスケット
3 (金)	お茶	食パン・鶏肉のケチャップ煮・アスパラスティック・豆乳スープ	わかめ粥	・麦茶・食パン・鶏ひき肉・にんじん・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・トマトケチャップ・濃口しょうゆ・片栗粉・アスパラガス・ほうれんそう・水・豆乳・米・いりこ
4 (土)	お茶	軟飯・しらすとほうれん草の煮物・にんじんスティック・キャベツのすまし汁	ベビー菓子	・麦茶・米・しらす干し・たまねぎ・ほうれんそう・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・にんじん・キャベツ・にんじん・ポーロ
6 (月)	お茶	豚肉と野菜の雑炊・じゃが芋スティック・ベビーヨーグルト	きなこ粥	・麦茶・米・ふたひき肉・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・じゃがいも・プレーンヨーグルト・きな粉
7 (火)	お茶	軟飯・鮭とキャベツのコンソメ煮・にんじんスティック・大根スープ	クッキー	・麦茶・米・さけ・キャベツ・ブイオン・薄口しょうゆ・片栗粉・にんじん・だいこん・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・やきもちクッキー
8 (水)	お茶	軟飯・鶏肉と野菜の煮物・きゅうりスティック・小松菜の味噌汁	ポーロ	・麦茶・米・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・きゅうり・こまつな・麦みそ・赤ちゃんポーロ
9 (木)	お茶	軟飯・しらすと白菜の煮物・にんじんスティック・豆腐の味噌汁	カップケーキ	・麦茶・米・しらす干し・はくさい・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・片栗粉・にんじん・絹ごし豆腐・たまねぎ・麦みそ・ホットケーキミックス・牛乳・油
10 (金)	お茶	軟飯・豚肉のコンソメ煮・にんじんスティック・ブロッコリースープ	さけ粥	・麦茶・米・ふたひき肉・たまねぎ・にんじん・ブイオン・濃口しょうゆ・片栗粉・にんじん・ブロッコリー・かつお・昆布だし(荒節)・さけ瓶詰
11 (土)	お茶	鶏そうすい・にんじんスティック・ほうれん草の中華スープ	お菓子	・麦茶・米・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・にんじん・ほうれんそう・鶏がらだし・薄口しょうゆ・ハイハイ
14 (火)	お茶	軟飯・カレイと玉ねぎの煮物・にんじんスティック・キャベツスープ	おやつパン粥	・麦茶・米・まがれい・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・キャベツ・食パン・牛乳・砂糖
15 (水)	お茶	軟飯・鶏肉の中華煮・きゅうりスティック・かぼちゃスープ	ベビー菓子	・麦茶・米・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・鶏がらだし・濃口しょうゆ・片栗粉・きゅうり・くりかぼちゃ・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・クッキー
16 (木)	お茶	軟飯・豚肉と玉ねぎの煮物・きゅうりスティック・大根の味噌汁	ウエハース	・麦茶・米・ふたひき肉・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・きゅうり・だいこん・麦みそ・ウエハース
17 (金)	運動会			
18 (土)	お茶	煮込みうどん・かぼちゃの煮物・にんじんスティック	ベビー菓子	・麦茶・ゆでうどん・鶏ひき肉・はくさい・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・かぼちゃ・にんじん・ハイハイ
20 (月)	お茶	軟飯・鶏肉とキャベツの中華煮・にんじんスティック・ほうれん草スープ	ふかし芋	・麦茶・米・鶏ひき肉・キャベツ・たまねぎ・鶏がらだし・薄口しょうゆ・片栗粉・にんじん・ほうれんそう・かつお・昆布だし(荒節)・さつまいも
21 (火)	お茶	軟飯・鶏肉とかぼちゃの煮物・きゅうりスティック・にんじんスープ	おやつパン粥	・麦茶・米・鶏ひき肉・かぼちゃ・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・きゅうり・にんじん・たまねぎ・ブイオン・食パン・牛乳・砂糖
22 (水)	お茶	軟飯・タラの味噌煮・ブロッコリースティック・けんちん汁	ベビークラッカー	・麦茶・米・たら・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・麦みそ・片栗粉・ゆでブロッコリー・鶏ひき肉・だいこん・薄口しょうゆ・ソーダークラッカー
23 (木)	お茶	軟飯・しらすと玉ねぎの煮物・さつまいもスティック・中華風豆腐スープ	とりそば粥	・麦茶・米・しらす干し・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・片栗粉・さつまいも・絹ごし豆腐・キャベツ・中華だし・薄口しょうゆ・麦茶・鶏焼きひき肉
24 (金)	お茶	軟飯・カレイのコンソメ煮・にんじんスティック・チンゲン菜スープ	ハイハイ	・牛乳・米・まがれい・たまねぎ・にんじん・ブイオン・薄口しょうゆ・片栗粉・チンゲンサイ・かつお・昆布だし(荒節)・麦茶・ハイハイ
25 (土)	お茶	しらす雑炊・じゃが芋スティック・キャベツの中華スープ	ベビー菓子	・麦茶・米・しらす干し・にんじん・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・じゃがいも・キャベツ・鶏がらだし・薄口しょうゆ・マンナビスケット
27 (月)	お茶	鶏そうすい・アスパラスティック・豆腐の味噌汁	麩のラスク	・麦茶・米・鶏ひき肉・ほうれんそう・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・アスパラガス・絹ごし豆腐・麦みそ・釜焼きふ・無塩バター・グラニュー糖
28 (火)	お茶	軟飯・たいの煮物・きゅうりスティック・大根スープ	蒸しパン	・麦茶・米・たい・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・きゅうり・だいこん・にんじん・ホットケーキミックス・豆乳・油
29 (水)	お茶	軟飯・鶏肉と玉ねぎのうま煮・きゅうりスティック・白菜スープ	みかんヨーグルト	・麦茶・米・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・片栗粉・きゅうり・はくさい・ブイオン・薄口しょうゆ・プレーンヨーグルト・みかん缶詰
30 (木)	お茶	軟飯・鶏肉とキャベツの煮物・きゅうりスティック・ポトフ風スープ	バナナ	・麦茶・米・鶏ひき肉・キャベツ・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・片栗粉・きゅうり・じゃがいも・たまねぎ・にんじん・ブイオン・薄口しょうゆ・バナナ
31 (金)	お茶	食パン・鶏肉とかぼちゃの煮物・ブロッコリースープ・バナナ	ベビークッキー	・牛乳・食パン・鶏ひき肉・かぼちゃ・じゃがいも・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・片栗粉・ゆでブロッコリー・たまねぎ・ブイオン・薄口しょうゆ・バナナ・麦茶・マンナビスケット