

令和8年10月 予定献立表

てらだこども園

日	曜	主食	副 食	お や つ		行事
			共 食	10時(未満児)	3時(共通)	
1	木	パン	鶏肉の人参ソース・チンゲン菜ソテー・コーンスープ	じゃが芋ロースト	豆乳もち	
2	金	ご飯	なっとく丼・かにかまの卵焼き・白菜の塩昆布和え・味噌汁	おせんべい	ゴマクッキー	
3	土	パン	タイピーエン・蒸し餃子・ゆでブロッコリー・果物	ゼリー	コーンスナック・チーズ	
5	月	ご飯	魚の磯辺焼き・干大根のゴマ味噌和え・もやしの味噌汁	人参煮	お麩のシュガーラスク	
6	火	パン	スパニッシュオムレツ・ビーンズサラダ・果物・えのきスープ	バナナ	ゴマ豆腐	
7	水	ご飯	浦上そばろ・きゅうりとワカメの酢の物・はんぺんの味噌汁	ヨーグルト	小学芋	
8	木	パン	魚のオーロラソース・カラフルサラダ・南瓜スープ	りんご	ミックスゼリー	
9	金	ご飯	カレーライス・マカロニサラダ・豆腐の清汁	ウエハース	ビスケット・梨	
10	土		★ 運動会 ★			
12	月		スポーツの日			
13	火	パン	おばけパン・鶏チリ風・おばけサラダ・果物・コンソメスープ	クラッカー	南瓜プリン	誕生会
14	水	ご飯	魚のパン粉焼き・キャベツのフレンチ和え・さつま芋のスープ	コーンフレーク	ピーチヨーグルト	
15	木	パン	シチュー・チキンナゲット・グリーンサラダ	オレンジ	おせんべい・バナナ	
16	金	ご飯	麻婆豆腐・白菜のナムル・もずくの清汁	大根煮	コロッケパン	
17	土	パン	かきたまそうめん・ちくわ天・レタス・果物	南瓜ロースト	夕焼けおにぎり	
19	月	ご飯	すき焼き風煮・きゅうりのゆかり和え・あおさの味噌汁	くず練り	カリカリポテト	
20	火	パン	照り焼きハンバーグ・ほうれん草サラダ・ジュリアンスープ	チーズ	あずき白玉	
21	水	ご飯	魚のもみじ焼き・ひじきの煮物・果物・大根の味噌汁	さつま芋ロースト	たこ焼き	
22	木	パン	ココット・豆腐サラダ・チンゲン菜スープ	りんご	フルーチェ	
23	金	ご飯	魚と玉ねぎの味噌煮・南瓜のゴマ和え・白菜の清汁	ごぼう煮	フルーツミックス	
24	土	パン	かけうどん・卵とかにかまの春巻き・スライスきゅうり・果物	人参煮	枝豆・クラッカー	
26	月	ご飯	ホイコーロー・春雨の中華和え・ワカメスープ	ヒロス	さつま芋ケーキ	
27	火	パン	鶏のから揚げ・小松菜サラダ・卵スープ	バナナ	煮豆	
28	水	ご飯	魚の西京焼き・ブロッコリーのおかか和え・果物・清汁	オレンジ	ハムチーズサンド	
29	木	パン	豆腐の照り焼きタルタル・レタスとささみのサラダ・ウインナースープ	大根煮	鮭ワカメおにぎり	
30	金	ご飯	魚のインド揚げ・人参ゴマサラダ・ほうれん草の味噌汁	ビスケット	フルーツヨーグルト	
31	土	パン	ミートソーススパゲティ・ポテトサラダ・果物	野菜スープ	ハロウィンマフィン	ハロウィン

※  色付きの枠内のおやつは手作りで

※ 10時と3時おやつには牛乳・スキムミルク・野菜果物ジュース等が付きます

※ おかわりを別で提供しています



魚のもみじ焼きとは？

21日の魚のもみじ焼きは、ペーストにしたにんじんとマヨネーズを混ぜたものを魚にのせて焼きます。
にんじんが苦手な子でも食べやすいメニューなので、ご家庭でもぜひ作ってみてください！

