



令和8年10月保育園給食予定献立表



岩倉市保育園

日	曜	午前	昼食	3色分類			午後 (★手作りおやつ)
				あか (体をつくる・血や肉になる)	黄 (力や体温のもとになる)	みどり (体の調子を整える)	
1	木	じゃがいもおかき	スタミナ丼 きゅうりと切干大根の酢の物	豚肉 厚揚げ シラス干し	ごま 片栗粉 砂糖 米	たまねぎ にんじん にら もやし 切干大根 きゅうり	牛乳 バナナ 菓子
2	金	オレンジ	冷麦そばろ味噌 ロールパン 中華風酢の物	鶏ひき肉 豆みそ ささみ	冷麦 砂糖 ロールパン ごま油	もやし にんじん きゅうり	牛乳 りんご 菓子
3	土	乳児部親子ふれあい交流会(カレーライス フルーツゼリー スティックチーズ)					
5	月	スティック チーズ	厚揚げとじゃが芋の旨煮 ご飯 もやしのゆかり和え	厚揚げ 豚肉	じゃがいも 砂糖 油 米	にんじん こんにゃく だいこん ねぎ もやし きゅうり	牛乳 バナナ ★ココアういろ
6	火	じゃがいも おかき	コロッケ 菜飯 いろいろ野菜スープ	豚肉	コロッケ 油 米	乾燥大根葉 たまねぎ にんじん だいこん キャベツ	牛乳 菓子 オレンジ
7	水	ラブミーブ ラス	チリコンカン ご飯 キャベツのナムル	豚ひき肉 大豆 塩昆布	じゃがいも 片栗粉 砂糖 油 米 ごま油	コーン たまねぎ にんじん ピーマン トマト キャベツ もやし	牛乳 柿 菓子
8	木	オレンジ	ひじきの炒め煮 ご飯 ニラ納豆	ひじき 厚揚げ 鶏肉 ちくわ 納豆	砂糖 油 米	にんじん こんにゃく コーン にら	★いちごみるく プリン 菓子
9	金	バナナ	冷やしうどん ミルクロール ウインナ(乳1、幼2)	つな スキンレスウインナ	うどん 砂糖 ミルクパン	にんじん きゅうり トマト	牛乳 りんご 菓子
10	土	お茶	中華飯 オレンジ スティックチーズ	豚肉 半平 スティックチーズ	米 片栗粉 油	たまねぎ にんじん 干しいたけ もやし ピーマン オレンジ	お茶 菓子
12	月	スポーツの日					
13	火	オレンジ	煮込みハンバーグ ご飯 春雨サラダ	ハンバーグ	砂糖 米 はるさめ	たまねぎ キャベツ きゅうり にん じん	牛乳 ★フライ ドポテト ドライブルー
14	水	じゃがいも おかき	関東煮 ご飯 小松菜の磯和え	鶏肉 厚揚げ ちくわ こんぶ きざ みのり	さといも 砂糖 米	だいこん にんじん こんにゃく 小 松菜	ジョア バナナ 菓子
15	木	ヤクルト	クリームシチュー わかめご飯 もやしとニラのナムル	鶏肉 わかめ 塩昆布 スキミミル ク	じゃがいも 米粉クリームルウ 油 米 砂糖 ごま油	たまねぎ にんじん コーン もやし にら	牛乳 オレンジ 菓子
16	金	バナナ	イタリアンスパゲティ クロロール きゅうりのシラス和え	豚ひき肉 シラス干し	スパゲッティ 油 クロロール	たまねぎ にんじん ピーマン きゅ うり	牛乳 クッキー ★ツナコーン蒸 しパン
17	土	お茶	豚丼 バナナ スティックチーズ	豚肉 かまぼこ スティックチーズ	片栗粉 砂糖 米	しめじ たまねぎ にんじん ねぎ バナナ	お茶 菓子
19	月	オレンジ	炒り豆腐 ご飯 キャベツの土佐和え	高野豆腐 鶏肉 ひじき 花かつお	片栗粉 砂糖 米	にんじん たまねぎ さやいんげん キャベツ もやし	牛乳 バナナ ★マカロニ安倍 川
20	火	じゃがいも おかき	ハヤシライス ブロッコリーのマヨネーズ和え	豚肉 スキミミルク	じゃがいも ハヤシルウ 油 米 マ ヨドレ	たまねぎ にんじん コーン ブロッ コリー	ソファール元気 ヨーグルト にんじんケーキ
21	水	ジョア	豚肉の味噌炒め ご飯 チンゲンサイの中華和え	豚肉 厚揚げ 豆みそ	砂糖 油 米 ごま油	たまねぎ にんじん 干しいたけ キャベツ ピーマン チンゲンサイ もやし	牛乳 ★米粉ココア蒸 しケーキ ミニフィッシュ
22	木	バナナ	サワラの立田揚げ のっぺい汁 ゆかりご飯	さわら 鶏肉 厚揚げ	薄力粉 片栗粉 さといも 油 米	しょうが だいこん にんじん しい たけ ねぎ	牛乳 オレンジ 菓子
23	金	スティック チーズ	コーンラーメン ロールパン た たききゅうり	豚肉	中華めん 油 ロールパン ごま油 砂糖	たまねぎ にんじん もやし ねぎ コーン きゅうり	牛乳 ナシ 菓子
24	土	幼児部親子うんどうかい(カレーライス フルーツゼリー スティックチーズ)					
26	月	オレンジ	筑前煮 ご飯 キャベツのごま酢和え	鶏肉 ちくわ	砂糖 油 米 ごま	にんじん ごぼう こんにゃく たけ のこ さやいんげん 干しいたけ キャベツ もやし	牛乳 バナナ 菓子
27	火	じゃがいも おかき	中華風炊き込みご飯 中華風スープ (幼:角チーズ)	豚肉 角チーズ	油 米 ごま油	にんじん たけのこ 干しいたけ グリーンピース チンゲンサイ もやし	牛乳 菓子 フルーツゼリー
28	水	りんご ジュース	園外保育(お弁当持参)				★フルーツヨー グルト ふかし芋
29	木	バナナ	肉じゃが ご飯 小松菜の土佐和え	豚肉 ちくわ 花かつお	じゃがいも 砂糖 油 米	にんじん たまねぎ 糸こんにゃく さやいんげん 小松菜	牛乳 柿 菓子
30	金	スティック チーズ	かぼちゃのカレーライス きゅうりのゆかり和え	豚肉 スキミミルク	カレールウ 油 米	かぼちゃ たまねぎ にんじん きゅ うり	牛乳 オレンジ 菓子
31	土	お茶	マーボー飯 オレンジ スティックチーズ	豆腐 豚ひき肉 豆みそ スティック チーズ	米 片栗粉 砂糖	にんじん たまねぎ ねぎ オレン ジ	お茶 菓子

献立は諸事情により変更となる場合があります。

10月10日は目の愛護デー👁️👉

10を横に倒すと目とまゆの形に見えることから、10月10日は「目の愛護デー」に制定されています。目の健康にかかわる栄養素や機能成分には、「ビタミンA」「β-カロテン」「ルテイン」「ゼアキサンチン」があります。これらを多く含む食材をご紹介します！



10/28(水)は、お弁当持参をお願いします！

★10/28(水)が雨天時は10/30(金)に園外保育があります。給食はありませんので、お弁当・水筒の準備をお願いいたします。

10/28(水)のふかし芋は岩倉市産です

地域の農地を守る団体からいただいた岩倉市産のさつまいもを使用しています！