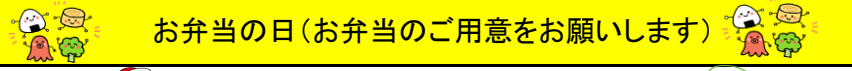
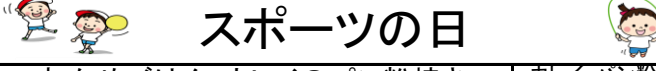
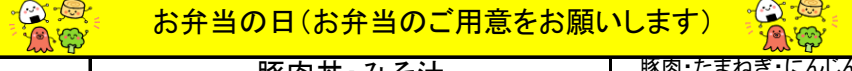


2026 年 10 月 献立予定表

《 身体を動かして、おなかやすくりズムを整えよう 》

いずみ保育園

日	曜日	3歳未満	昼 食 (12ヶ月, 1, 2, 3, 4, 5歳)			3時のおやつ
		10時おやつ	主食	副食	主な材料	
1	木	牛乳	ごはん	赤魚の煮つけ・みそ汁 磯香和え・バナナ	赤魚・にんじん・じゃがいも ほうれん草・キャベツ 焼き麩・わかめ	にゅうめん 麦茶
2	金	牛乳	ごはん	ひじきハンバーグ・みそ汁 ブロッコリーとコーンのサラダ・ゼリー	鶏肉・豆腐・たまねぎ・ひじき ブロッコリー・コーン ほうれん草・油揚げ	マカロニきな粉 牛乳
3	土	牛乳	ごはん	ハヤシライス・コンソメスープ ブロッコリー・デザート	豚肉・たまねぎ・にんじん ピーマン・エリンギ ブロッコリー・コーン・わかめ	菓子 野菜ジュース
5	月	牛乳	ごはん	オムライス・白身フライ・ポテト ほうれん草スープ・ヨーグルト	鶏肉・たまねぎ・にんじん ピーマンたら・ベーコン たまご・パン粉・ほうれん草	バナナマフィン 牛乳
6	火		 秋の親子遠足の日			
7	水	ヤクルト		ランチBOX給食 ※主食もです		メロンパン 牛乳
8	木	牛乳	ごはん	卵焼き・すまし汁 筑前煮・ゼリー	たまご・鶏肉・ちくわ・里芋 にんじん・たけのこ ブロッコリー・焼き麩・わかめ	菓子 牛乳
9	金	牛乳	パン	★かぼちゃのクリームシチュー★ ほうれん草のソテー・ゼリー	鶏肉・かぼちゃ・たまねぎ にんじん・牛乳・ウィンナー ほうれん草・コーン	塩昆布おにぎり 麦茶
10	土	ミルージュ	 お弁当の日(お弁当のご用意をお願いします)			菓子 野菜ジュース
12	月		 スポーツの日			
13	火	牛乳	ごはん	わかめごはん・カレイのパン粉焼き ミモザサラダ・ミネストローネ・ゼリー	カレイ・パン粉・ブロッコリー たまご・たまねぎ・にんじん じゃが芋・セロリ・キャベツ	ナポリタンスパゲッティ 牛乳
14	水	りんご ジュース		ランチBOX給食 ※主食もです		プリンアラモード ぶどうジュース
15	木	牛乳	めん	醤油ラーメン・金時豆の甘煮 ヨーグルト和え	豚肉・中華麺キャベツ にんじん・もやし・なると 金時豆・ヨーグルト・バナナ	チキンナゲット アシドミルク
16	金	牛乳	パン ●ごはん	ポークビーンズ チーズサラダ・ヨーグルト	豚肉・たまねぎ・にんじん じゃがいも・大豆・チーズ コーン・ブロッコリー・きゅうり	しらすおにぎり 緑茶
17	土	牛乳	ごはん	鶏肉丼・みそ汁 さといも煮・デザート	鶏肉・たまねぎ・にんじん しいたけ・さといも 豆腐・わかめ	菓子 野菜ジュース
19	月	牛乳	ごはん	あじの蒲焼き風・みそ汁 納豆和え・きなこプリン	あじ・納豆・ほうれん草 キャベツ・にんじん・かつお節 もやし・ねぎ・焼き麩	ホットケーキ 牛乳
20	火	牛乳	めん	きつねうどん・カボチャサラダ ヨーグルト	鶏肉・油揚げ・にんじん たまねぎ・かぼちゃ・きゅうり コーン・ヨーグルト	肉まん ヤクルト
21	水	牛乳	ごはん	★きのこたっぷりハヤシライス★ カニカマサラダ・バナナ	豚肉・ピーマン・エリンギ しめじ・たまねぎ・セロリ キャベツ・カニカマ・きゅうり	野菜がゆ 麦茶
22	木	アシド ミルク	ごはん	お月見そばろ丼・すまし汁 胡麻和え・ゼリー	鶏肉・たまご・豆腐・わかめ たまねぎ・ほうれん草 キャベツ・にんじん・ごま	チーズ蒸しぱん 牛乳
23	金	牛乳	 お弁当の日(お弁当のご用意をお願いします)			りんごゼリー 牛乳
24	土	牛乳	ごはん	豚肉丼・みそ汁 さといも煮・デザート	豚肉・たまねぎ・にんじん しいたけ・キャベツ・さといも 豆腐・ほうれん草	菓子 野菜ジュース
26	月	牛乳	ごはん	鶏肉とじゃがいもの煮物・すまし汁 酢の物・ヨーグルト	鶏肉・じゃがいも・にんじん わかめ・ハム・きゅうり 焼き麩・豆腐・葉ねぎ	メイプルぱん 牛乳
27	火	牛乳	ごはん	鮭のコーンマヨ焼き・みそ汁 ひじき煮物・バナナ	鮭・コーン・マヨネーズ ひじき・にんじん・油揚げ ほうれん草・えのき	アイス 野菜ジュース
28	水	アシド ミルク		ランチBOX給食 ※主食もです		カレードリア 牛乳
29	木	牛乳	ごはん	中華丼・★ニラ玉スープ★ ★さつま芋のジュース煮★ゼリー	豚肉・キャベツ・たまねぎ にんじん・なると・たけのこ しいたけ・さつまいも・にら	菓子 牛乳
30	金	牛乳	パン	から揚げ・パンプキンスープ ツナサラダ・かぼちゃプリン	鶏肉・しょうが・にんにく かぼちゃ・たまねぎ ツナ・ブロッコリー・さけ	チャーハン 麦茶
31	土	牛乳	ごはん	麻婆豆腐丼・中華スープ ブロッコリー・デザート	豚肉・豆腐・たまねぎ にんじん・しいたけ ブロッコリー・もやし・わかめ	菓子 野菜ジュース

・・・の日は、つき・はな・にじ組さんに主食が出ます(5.7.9.13.14.15.20.22.28.30)

★印は新メニューです ※材料の都合により献立が変わる場合があります

※ひよこ組さんには10時のおやつに軽食が出る場合があります

※10月16日(金)幼児さんはパン●ごはんはお好きな主食をご用意ください。