

*** 10月の献立表 ***

2025年度 多治見市保育幼稚園課

にち	ようび	午前おやつ	おひるごはん	午後おやつ	未満児		以上児	
					エネルギー (kcal)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	食塩相当量 (g)
1	水	赤ちゃんせんべい	さつまいもご飯 ししゃも焼き きゅうりとワカメの酢の物 吸物 パナナ	米粉マカロニのきな粉和え 牛乳	439	1.4	533	1.8
2	木	鉄塩せん	ご飯 焼き豆腐の野菜あんかけ ごぼうサラダ 赤だし	ココア蒸しパン 牛乳	511	1.6	586	1.7
3	金	バナナ	ミートスパゲティー フレンチサラダ コンソメスープ	おにぎり 牛乳	478	1.7	493	2.0
4	土		クロワッサン 牛乳		289	0.4	289	0.4
5	日							
6	月	オレンジ	ご飯 けいちゃん 南瓜サラダ のっぺい汁	さつまいもの茶巾 牛乳	520	1.1	577	1.4
7	火	おこめせん	きのこちらし寿司 白菜のお浸し 吸物 パナナ	(以)メロンアイス (未)りんごヨーグルト 牛乳	441	1.6	535	1.9
8	水	赤ちゃんせんべい	ご飯 あじフライ サウザンアイランドサラダ きこのスープ	フルーツダイゼリー 牛乳	500	1.4	547	1.5
9	木	むらさきいもせんべい	ご飯 豚肉と小松菜の炒め物 ジャが芋の土佐和え 味噌汁	のり塩ボール 牛乳	429	1.5	484	1.6
10	金	鉄塩せん	ご飯 鶏肉の照り焼き にんじんサラダ かみなり汁	じゃがもち(甘だれ) 牛乳	467	1.8	512	1.9
11	土		クロワッサン 牛乳		289	0.4	289	0.4
12	日							
13	月		スポーツの日					
14	火	おこめせん	ケチャップライス コールスローサラダ きのこと大豆のスープ (以)柿(未)オレンジ	米粉のカップケーキ 牛乳	517	1.8	567	2.2
15	水	赤ちゃんせんべい	ご飯 さわらの味噌漬け焼き ひじきの炒め煮 けんちん汁	ヨーグルト和え 牛乳	468	1.5	517	1.6
16	木	鉄塩せん	ご飯 厚揚げの煮付け ジャが芋の和風和え 赤だし	米粉の小倉蒸しパン 牛乳	469	1.7	536	1.8
17	金	バナナ	ご飯 チンジャオロースー もやしと胡瓜の中華和え 中華スープ	チーズポンデ 牛乳	524	1.6	551	2.0
18	土		クロワッサン 牛乳		289	0.4	289	0.4
19	日							
20	月	むらさきいもせんべい	ご飯 キーマカレー ポテトサラダ (以)りんご(未)オレンジ	れんこんチップス 牛乳	469	1.3	528	1.4
21	火	おこめせん	ご飯 鶏肉の南部焼き風(白ごま) ブロccoliのお浸し 赤だし	いもようかん 牛乳	475	1.3	519	1.4
22	水	赤ちゃんせんべい	ご飯 さわらの竜田揚げ もやしの甘酢和え さつま汁	黒糖ボール 牛乳	492	1.3	537	1.4
23	木	鉄塩せん	ご飯 鮭の西京焼き 小松菜のごま和え 吸物	りんごケーキ 牛乳	481	1.5	533	1.6
24	金	バナナ	焼きそば ひじきのお浸し 豆腐のスープ	鬼まん 牛乳	505	2.2	527	2.7
25	土		クロワッサン 牛乳		289	0.4	289	0.4
26	日							
27	月	むらさきいもせんべい	カレーピラフ 水菜と大根のサラダ ジャがいものスープ	さつま芋スティック 牛乳	430	1.3	485	1.4
28	火	オレンジ	ご飯 さわらの照り焼き もやしとブロッコリーのごま酢和え 赤だし	チーズトースト青のり風味 牛乳	544	1.7	570	1.9
29	水	おこめせん	ご飯 鮭の米パン粉焼き 水菜とキャベツのサラダ トマトスープ	焼き芋 牛乳	473	1.4	520	1.5
30	木	赤ちゃんせんべい	ご飯 れんこん入りハンバーグ 大根サラダ 白菜のコンソメスープ	南瓜入り米粉蒸しパン 牛乳	482	1.7	554	2.0
31	金		遠足(お弁当)	国産やさいゼリー 牛乳	178	0.2	178	0.2

都合により献立を変更する場合があります。

旬の食べ物

《さつまいも》

- 1日 さつま芋ご飯
- 6日 さつまいもの茶巾
- 21日 いもようかん
- 22日 さつま汁
- 24日 鬼まん
- 27日 さつま芋スティック
- 29日 焼き芋

《柿》

14日 (以上児)

《りんご》

20日 (以上児)

23日 りんごケーキ



たじみ健康ハッピープランイメージキャラクター

パックン

行事食

30日 ハロウィン(31日): 南瓜入り米粉蒸しパン