10月の献立　10/1～10/18

2025年　　みつばち保育園

日/曜日	主食	献立名	あか	きいろ	みどり	おやつ
1 ／ 水	ごはん	高野豆腐のそぼろごはん おひたし（青梗菜・もやし） 白菜の味噌汁	高野豆腐、豚ひき肉 かつお節 油揚げ	精白米	人参、生姜、さやいんげん 青梗菜、もやし、人参 白菜、えのきたけ	りんごきんとん ビスケット（小麦）
2 ／ 木	ごはん	青梗菜と豚の塩いため じゃがいものパセリ和え 味噌汁	豚ばら肉 豆腐	じゃがいも	青梗菜、人参、玉葱、椎茸（乾） パセリ なす、大根、長ねぎ	スイートパンプキントースト （小麦、乳） 豆乳
3 ／ 金	ごはん	さばの塩焼き わかめのおろしあえ 味噌汁	まさば ツナ缶 豆腐	ごま	 わかめ、大根 葉ねぎ、小松菜	焼きおにぎり チーズ（乳）
4 ／ 土	めん	焼きそば ふかし芋 チーズ、バナナ	豚もも肉 チーズ	蒸し中華麺	人参、玉ねぎ、キャベツ、青ピーマン きゅうり バナナ	ビスケット（小麦）
6 ／ 月	ごはん	魚の煮付け さといものゴマサラダ 大根の味噌汁	まかじき ちくわ 油揚げ	さといも、ごま	しょうが ブロッコリー 大根、葉ねぎ	お月見スイートポテト （乳）
7 ／ 火	ごはん	マーボー豆腐 切干大根の和え物 お野菜のスープ	豚ひき肉、豆腐 ツナ缶	ごま	にら、しいたけ（乾）、にんにく、しょうが 切干大根、人参、きゅうり、もやし、焼海苔 玉葱、人参、かぼちゃ、キャベツ	きのこピザ （小麦　乳）
8 ／ 水	ごはん	カレーてりやき 小松菜のしらすあえ 味噌汁	鶏もも肉 しらす干し		 小松菜 なめこ、もやし、長ねぎ	バナナスコーン （小麦、乳）
9 ／ 木	ごはん	とうふハンバーグ きのこのバター焼き 大根の味噌汁	豆腐、豚ひき肉、おから 鶏卵		ひじき、玉葱、人参、葉ねぎ 生椎茸、エリンギ、えのきたけ、玉葱、パセリ 大根、葉ねぎ、青梗菜	おにぎり
10 ／ 金	ごはん	豆乳シチュー フライドごぼう	鶏もも肉、豆乳	さつまいも	玉葱、人参、生姜、にんにく、ブロッコリー ごぼう	恐竜の卵
11 ／ 土	めん	五目うどん ふかし芋 チーズ・バナナ	鶏胸肉、油揚げ チーズ	うどん さつまいも	人参、キャベツ、葉ねぎ バナナ	おせんべい
14 ／ 火	ごはん	がんもどきのあんかけ かぶサラダ さといもの味噌汁	がんもどき、豚ひき肉 ロースハム 油揚げ	 さといも	人参、玉葱、さやいんげん かぶ、ゆず 大根、葉ねぎ	おにぎり ぶどう
15 ／ 水	ごはん	はんぺんのチーズ焼き サツマイモのサラダ しいたけの味噌汁	はんぺん、チーズ ヨーグルト	パン粉 さつまいも	パセリ 人参、干しぶどう、玉葱 生椎茸、玉葱、小松菜	黒糖蒸しパン （小麦） 豆乳
16 ／ 木	ごはん	野菜の味噌煮 きのこごはん とうふのすまし汁	豚ばら肉、さつま揚げ 豆腐	さつまいも 精白米	人参、玉葱、生椎茸、えんどう、しょうが しょうが、えのきたけ、椎茸（乾）、まいたけ もやし、小松菜、ごぼう	安倍川マカロニ （小麦）
17 ／ 金	ごはん	さばのみそ煮 キャベツのナムル あったまっちゃうスープ	まさば 豆腐、鶏ささみ	ごま	しょうが キャベツ、もやし、人参、焼海苔 長ねぎ、にんにく、しょうが、葉ねぎ	カラフルごはん
18 ／ 土	めん	ミートソーススパゲッティ きゅうりスティック チーズ・バナナ	豚ひき肉 チーズ	マカロニ・スパゲッティ	人参、玉葱、グリーンピース きゅうり バナナ	おせんべい

※　おやつについてはアレルギー特定原材料7品目（卵・乳・小麦・えび・かに・そば・落花生）のみ表示いたします。