

令和7年10月幼児食献立表



みらい1.0

日 曜	時間帯	献立	材 料 名			
			黄 熱と力になるもの	赤 血や肉や骨になるもの	緑 体の調子を整えるもの	その他
01 水	昼食	カレーマーマー丼 中華スープ フルーツ	米、ごま油、片栗粉	木綿豆腐、豚ひき肉、米みそ	たまねぎ、ねぎ ちんげん菜、えのきたけ もも缶	だしパック、みりん、しょうゆ、おろししょうが、カレー粉 鶏ガラスープ素、食塩
	午後おやつ	ヨーグルト 菓子	おかし	コアコアりんご		
02 木	昼食	油揚げとにんじんの混ぜご飯 みそ汁 鮭の塩焼き はるさめの酢の物	米、砂糖 じゃがいも 春雨、砂糖、わかめ	油揚げ、白ごま 米みそ 鮭	にんじん しめじ、ねぎ きゅうり	だし汁、しょうゆ、みりん だし汁 食塩 酢、しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 ピザトースト	食パン	牛乳 ピザ用チーズ、ベーコン	たまねぎ、ピーマン	ケチャップ
03 金	昼食	御飯 みそ汁 鶏肉のレモン焼き なすの揚げ浸し	米 片栗粉、サラダ油、砂糖 サラダ油	木綿豆腐、みそ 鶏肉	こまつな、なめこ レモン果汁 なす、赤パプリカ	だし汁 しょうゆ、食塩 白だし
	午後おやつ	牛乳 ごぼうのココアマドレーヌ	ホットケーキミックス、砂糖	牛乳 牛乳、バター	ごぼう、純ココア、バナナ	
06 月	昼食	御飯 豆腐すまし汁 鶏の唐揚げ フルーツ	米 片栗粉、小麦粉、サラダ油、砂糖	木綿豆腐 鶏肉	たまねぎ、キャベツ みかん	だし汁、しょうゆ、食塩 しょうゆ、酒、おろしにんにく、おろししょうが、食塩
	午後おやつ	牛乳 菓子	おかし	牛乳		
07 火	昼食	ふりかけごはん みそ汁 豆腐の五目焼き チンゲン菜のとりも炒め	米 わかめ さつまいも、片栗粉、サラダ油 サラダ油、片栗粉	米みそ 鶏ひき肉、木綿豆腐	もやし、たまねぎ にんじん、ねぎ、ひじき ちんげん菜、えのきたけ	アンパンマンふりかけ だし汁 みりん、しょうゆ、食塩、おろししょうが 鶏ガラスープ素、食塩
	午後おやつ	牛乳 かぼちゃきなこもち	米粉、三温糖、油	牛乳 きな粉	かぼちゃ	
08 水	昼食	御飯 みそ汁 肉団子の酢豚風 いろいろポテト	米 焼麩 片栗粉、サラダ油、砂糖 じゃがいも、さつまいも	みそ 豚ひき肉	えのきたけ、切り干しだいこん たまねぎ、にんじん、しいたけ、ピーマン	だし汁 しょうゆ、酢、食塩 食塩
	午後おやつ	牛乳 ココアサンド	砂糖、バターロール、コーンスターチ、短絡ロール	牛乳 牛乳	ココア	
09 木	昼食	パン 骨太！白菜ミルクスープ ハニースパイシーチキン ツナサラダ	食パン 米粉 サラダ油、片栗粉 マヨドレ、砂糖	牛乳、ベーコン、バター 鶏肉 ツナ缶	はくさい、たまねぎ マーマレード、にんにく キャベツ、にんじん	チキンコンソメ、食塩 しょうゆ、食塩、カレー粉 食塩
	午後おやつ	牛乳 手作りクッキー	小麦粉、砂糖	牛乳 バター、白ごま、牛乳		
10 金	昼食	御飯 すまし汁 さばと玉ねぎのみそ煮 ヨーグルト	米 焼麩 砂糖	米みそ、さば コアコアりんご	だいこん、ねぎ たまねぎ、しょうが	だし汁、しょうゆ、食塩 酒、みりん
	午後おやつ	牛乳 大学芋	さつまいも、油、三温糖	牛乳 黒ごま		しょうゆ
14 火	昼食	御飯 ビーンズスープ 鶏肉の甘酢照り焼き かぼちゃとブロッコリーのサラダ	米 サラダ油、砂糖 片栗粉、砂糖、油 マヨドレ	大豆、豚ひき肉 鶏肉	ホールトマト、たまねぎ、にんじん、にんにく かぼちゃ、ブロッコリー	ケチャップ、鶏ガラスープ素、食塩 しょうゆ、みりん、酢 食塩
	午後おやつ	牛乳 バナナカステラ	バナナカステラ	牛乳		
15 水	昼食	ジャージャー麺 かぼちゃのチーズ和え ジュース	焼きそばめん、片栗粉、ごま油、砂糖	豚ひき肉、鶏ひき肉、みそ ハム、ピザ用チーズ	たまねぎ、にんじん、きゅうり、だけのこ水巻、干しいたけ かぼちゃ、たまねぎ やさしいジュース	酒、しょうゆ、鶏ガラスープ素 食塩、こしょう
	午後おやつ	牛乳 菓子	おかし	牛乳		
16 木	昼食	御飯 すまし汁 さわらのごまみそ焼き ほうれん草のさっぱり和え	米 さといも 砂糖 砂糖	油揚げ 米みそ、すり白ごま、さくら	だいこん ほうれん草、キャベツ、にんじん	だし汁、しょうゆ、食塩 酒、みりん ボン酢
	午後おやつ	牛乳 バイクドオレンジチーズケーキ	ホットケーキミックス、乾パン、砂糖	牛乳 クリームチーズ、牛乳、卵、ガゼリヨーグルト、バター	マーマレード	
17 金	昼食	野菜そぼろ丼 たまごわかめスープ ゼリー	米、サラダ油、米粉、ごま油 わかめ	豚ひき肉 卵	たまねぎ、こまつな、キャベツ、にんじん、コーン えのきたけ、ねぎ ゼリー	しょうゆ、酒、食塩 鶏ガラスープ素、食塩
	午後おやつ	牛乳 さつまいも小豆蒸しパン	牛乳 ホットケーキミックス、さつまいも、サラダ油	牛乳 牛乳、あん		
20 月	昼食	ドライカレー マカロニサラダ フルーツ	米、サラダ油 マカロニ、マヨドレ	豚ひき肉 ツナ缶	たまねぎ、にんじん、ピーマン、りんごジャム きゅうり、コーン パイナップル	カレールフ、おろしにんにく、おろししょうが しょうゆ
	午後おやつ	パンケーキ ジュース	ホットケーキミックス、米粉、サラダ油	牛乳	いちごジャム りんごジュース	

令和7年10月幼児食献立表



みらい1.0

日 曜	時間帯	献立	材 料 名			
			黄	赤	緑	
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	その他
21 火	昼食	わかめ御飯 みそ汁 筑前煮	米 さといも、砂糖、サラダ油	木綿豆腐、みそ、油揚げ 鶏肉	炊き込みわかめ たまねぎ だいこん、にんじん、ごぼう、れんこん、いんげん	だし汁 だし汁、しょうゆ、みりん、酒
	午後おやつ	牛乳 ふんわりチュロス	グラニュー糖、サラダ油、小麦粉、小麦粉	牛乳 卵、バター		食塩
22 水	昼食	御飯 みそ汁 かじきの竜田揚げ 切干大根の中華和え	米 サラダ油、片栗粉 砂糖、ごま油	米みそ、油揚げ かじき	キャベツ、コーン にんじん、きゅうり、切り干しだいこん	だし汁 みりん、しょうゆ、おろししょうが 酢、しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 さつまいもとかぼちゃの茶巾しぼり	さつまいも、砂糖	牛乳	かぼちゃ	
23 木	昼食	混ぜ混ぜチャーハン 春雨豆腐スープ ブロッコリーの中巻ドレッシング	米、ごま油 春雨 砂糖、ごま油	ハム 木綿豆腐	だけのご水煮、ねぎ たまねぎ ブロッコリー、きゅうり	しょうゆ、鶏ガラスープ素、こしょう 鶏ガラスープ素、食塩 しょうゆ、酢
	午後おやつ	牛乳 菓子	おかし	牛乳		
24 金	昼食	御飯 さつま汁 カレイのチーズパン粉焼き もやしのナムル	米 さつまいも パン粉、サラダ油 ごま油、わかめ	米みそ、油揚げ 粉チーズ、カレイ	だいこん、にんじん、ごぼう、ねぎ もやし、ピーマン	だし汁 酒、おろしにんにく、食塩、パセリ粉 食塩
	午後おやつ	牛乳 かみかみおこし	コーンフレーク	牛乳 バター		
27 月	昼食	御飯 おかす汁 肉豆腐	米 しらたき、砂糖	米みそ、油揚げ、凍り豆腐 豆腐、豚肉	だいこん、にんじん、しいたけ はくさい、えのきたけ、ねぎ	だし汁 しょうゆ、みりん
	午後おやつ	牛乳 パインキャロットゼリー	砂糖	牛乳	野菜ジュース、パイナップル、アガー（寒天）	
28 火	昼食	パン 野菜スープ チキンチャップ 粉ふき芋	コーンパン 砂糖、サラダ油、片栗粉 じゃがいも	ベーコン 鶏肉	キャベツ、エリンギ たまねぎ、にんじん あおのり	鶏ガラスープ素、食塩 ケチャップ、ソース、酒、食塩 食塩
	午後おやつ	牛乳 鮭おむすび	米	牛乳 鮭、白ごま	刻みのり	食塩
29 水	昼食	御飯 みそ汁 さけの味噌マヨ焼き ひじきの煮物	米 ながいも マヨドレ ごま油、砂糖	みそ 米みそ、鮭 油揚げ	なす、ねぎ にんじん、ひじき	だし汁 酒、食塩 しょうゆ、みりん
	午後おやつ	牛乳 パウムクーヘン	パウムクーヘン	牛乳		
30 木	昼食	ボークストロガノフ ブロッコリーのかにかまあんかけ フルーツ	米、米粉、サラダ油 片栗粉	豚肉、豆乳 かに風味かまぼこ	たまねぎ、にんじん、エリンギ ブロッコリー、にんじん バナナ	鶏ガラスープ素、食塩 鶏ガラスープ素、食塩
	午後おやつ	牛乳 ハロウィンかぼちゃモンブラン	砂糖	牛乳 生クリーム	かぼちゃ	
31 金	昼食	包帯おぼけのポテトクリームライス コンソメスープ ハンバーグ 添え野菜	米、じゃがいも、マッシュポテト 片栗粉、砂糖	牛乳、バター 豚ひき肉、木綿豆腐、チーズ	グリーンピース（冷凍） キャベツ、にんじん、コーン たまねぎ ブロッコリー	ケチャップ、チキンコンソメ、食塩 チキンコンソメ、食塩、こしょう ケチャップ、ウスターソース、食塩 食塩
	午後おやつ	飲むヨーグルト 菓子	おかし	アシドミルク		

☆ 午前おやつは、乳児クラスのための提供になります。

☆ 天候や仕入れ状況により、やむを得ず食材を変更する場合があります。

組 氏名

