

10月幼児給食献立表

令和8年度
霞江町給食センター

日 曜	こんだてめい	ち・に・く・ほねになるもの (おかいり)	体の調子をととのえるもの (みどりいろ)	はたらく力になるもの (さいいろ)	備考	おやつ
1 木	牛乳 ごはん しのだのあまみそがけ にくじゃが しんこあえ	牛乳 とうふ あぶらあげ たら ひしき みそ ぶたにく ちくわ	にんじん にんじん たまねぎ こんにゃく さやいんげん キャベツ たくあんづけ	ごはん さとう かたくりこ あぶら じゃがいも あぶら さとう こま	舟小 就学時健診	ソフトクリーム ヨーグルト(バナナ) (国産みかんゼリー)
2 金	牛乳 きなこあげパン チキンサラダ きのこニョッキのスープ かたみきチーズ おにぎり (おかか) ひとくちゼリー (洋ナシ)	牛乳 きなこ ささみオイルづけ ウィンナー かたみきチーズ あじつけおかか のり	キャベツ あかピーマン きピーマン たまねぎ にんじん しめじ マッシュルーム パセリ	ミニロール あぶら さとう オリーブオイル さとう ニョッキ		あんころもち ふかしいも
3 土	牛乳 ごはん しゅうまい マーボー豆腐 ナムル	牛乳 ぶたにく ぶたにく ぶたレバー とうふ みそ	しょうが たまねぎ しょうが にんにく たまねぎ にんじん たけのこ ねぎ キャベツ とうもろこし もやし	ごはん さとう あぶら さとう		パン・牛乳 どうぶつ丸うろ
4 日	牛乳 ごはん さけのマヨネーズやき とりちゃんこ あかしそあえ	牛乳 さけ とりにく やき豆腐 こんぶ	エリンギ はくさう にんじん ねぎ こんにゃく たまねぎ しょうが キャベツ もやし あかしそ	ごはん マヨネーズ (卵なし) パンに かたくりこ		ミニあんぱんく乳卵不使用> (米粉のまるいパン&りんごジャム)
5 月	牛乳 きしめん あんかけきしめんのしる ひじきとチーズのサラダ (乳除去食：有) だいごいも	牛乳 とりにく かまぼこ あぶらあげ ひじき チーズ だいご	たまねぎ にんじん ほうれんそう きゅうり	きしめん さとう かたくりこ さとう あおじそドレッシング さつまいも あぶら さとう こま	学小 就学時健診	こくさんさつまいもとくりの タルトく乳卵不使用> (ブルーベリーゼリー) セルフおにぎり (年長) 須成
6 火	牛乳 ごはん とりにく マカロニサラダ りんご けんちん汁	牛乳 とりにく とりにく やき豆腐 こんぶ	たまねぎ しめじ えだまめ にんにく とうもろこし きゅうり りんご だいこん にんじん ごぼう こんにゃく ねぎ	ごはん マヨネーズ (卵なし) パンに かたくりこ		うすやきせんべい やさしいジュース セルフおにぎり (年長) 霞江
7 水	牛乳 きしめん あんかけきしめんのしる ひじきとチーズのサラダ (乳除去食：有) だいごいも	牛乳 とりにく かまぼこ あぶらあげ ひじき チーズ だいご	たまねぎ にんじん ほうれんそう きゅうり	きしめん さとう かたくりこ さとう あおじそドレッシング さつまいも あぶら さとう こま	学小 就学時健診	こくさんさつまいもとくりの タルトく乳卵不使用> (ブルーベリーゼリー) セルフおにぎり (年長) 須成
8 木	牛乳 ごはん とりにく マカロニサラダ りんご けんちん汁	牛乳 とりにく とりにく やき豆腐 こんぶ	たまねぎ しめじ えだまめ にんにく とうもろこし きゅうり りんご だいこん にんじん ごぼう こんにゃく ねぎ	ごはん マヨネーズ (卵なし) パンに かたくりこ		うすやきせんべい やさしいジュース セルフおにぎり (年長) 霞江
9 金	牛乳 レーズンパン トマトソースのペンネ れんこんサンドフライ いもどりフルーツポンチ おにぎり (鶏五目) ひとくちゼリー (りんご)	牛乳 ベーコン とりにく とりにく とりにく とりにく とりにく	にんにく たまねぎ にんじん マッシュルーム パセリ トマト れんこん (ちさん) たまねぎ ほししいだけ みかん パナップ りんご、ぶどう、もも (ゼリー)	レーズンパン (乳卵不使用) ペンネ オリーブオイル あぶら パンに こむぎこ かたくりこ さとう ごはん さとう		あまからせんべい (いしやきいもふうわがし) セルフおにぎり (年長) 新北
10 土	牛乳 ごはん とりにく マカロニサラダ りんご けんちん汁	牛乳 とりにく とりにく やき豆腐 こんぶ	たまねぎ しめじ えだまめ にんにく とうもろこし きゅうり りんご だいこん にんじん ごぼう こんにゃく ねぎ	ごはん マヨネーズ (卵なし) パンに かたくりこ		うすやきせんべい やさしいジュース セルフおにぎり (年長) 霞江
11 日	牛乳 ごはん とりにく マカロニサラダ りんご けんちん汁	牛乳 とりにく とりにく やき豆腐 こんぶ	たまねぎ しめじ えだまめ にんにく とうもろこし きゅうり りんご だいこん にんじん ごぼう こんにゃく ねぎ	ごはん マヨネーズ (卵なし) パンに かたくりこ		うすやきせんべい やさしいジュース セルフおにぎり (年長) 霞江
12 月	牛乳 ごはん とりにく マカロニサラダ りんご けんちん汁	牛乳 とりにく とりにく やき豆腐 こんぶ	たまねぎ しめじ えだまめ にんにく とうもろこし きゅうり りんご だいこん にんじん ごぼう こんにゃく ねぎ	ごはん マヨネーズ (卵なし) パンに かたくりこ		うすやきせんべい やさしいジュース セルフおにぎり (年長) 霞江
13 火	牛乳 ごはん とりにく マカロニサラダ りんご けんちん汁	牛乳 とりにく とりにく やき豆腐 こんぶ	たまねぎ しめじ えだまめ にんにく とうもろこし きゅうり りんご だいこん にんじん ごぼう こんにゃく ねぎ	ごはん マヨネーズ (卵なし) パンに かたくりこ		うすやきせんべい やさしいジュース セルフおにぎり (年長) 霞江
14 水	牛乳 ごはん とりにく マカロニサラダ りんご けんちん汁	牛乳 とりにく とりにく やき豆腐 こんぶ	たまねぎ しめじ えだまめ にんにく とうもろこし きゅうり りんご だいこん にんじん ごぼう こんにゃく ねぎ	ごはん マヨネーズ (卵なし) パンに かたくりこ		うすやきせんべい やさしいジュース セルフおにぎり (年長) 霞江
15 木	牛乳 ごはん とりにく マカロニサラダ りんご けんちん汁	牛乳 とりにく とりにく やき豆腐 こんぶ	たまねぎ しめじ えだまめ にんにく とうもろこし きゅうり りんご だいこん にんじん ごぼう こんにゃく ねぎ	ごはん マヨネーズ (卵なし) パンに かたくりこ		うすやきせんべい やさしいジュース セルフおにぎり (年長) 霞江
16 金	牛乳 ごはん とりにく マカロニサラダ りんご けんちん汁	牛乳 とりにく とりにく やき豆腐 こんぶ	たまねぎ しめじ えだまめ にんにく とうもろこし きゅうり りんご だいこん にんじん ごぼう こんにゃく ねぎ	ごはん マヨネーズ (卵なし) パンに かたくりこ		うすやきせんべい やさしいジュース セルフおにぎり (年長) 霞江
17 土	牛乳 ごはん とりにく マカロニサラダ りんご けんちん汁	牛乳 とりにく とりにく やき豆腐 こんぶ	たまねぎ しめじ えだまめ にんにく とうもろこし きゅうり りんご だいこん にんじん ごぼう こんにゃく ねぎ	ごはん マヨネーズ (卵なし) パンに かたくりこ		うすやきせんべい やさしいジュース セルフおにぎり (年長) 霞江
18 日	牛乳 ごはん とりにく マカロニサラダ りんご けんちん汁	牛乳 とりにく とりにく やき豆腐 こんぶ	たまねぎ しめじ えだまめ にんにく とうもろこし きゅうり りんご だいこん にんじん ごぼう こんにゃく ねぎ	ごはん マヨネーズ (卵なし) パンに かたくりこ		うすやきせんべい やさしいジュース セルフおにぎり (年長) 霞江
19 月	牛乳 ごはん とりにく マカロニサラダ りんご けんちん汁	牛乳 とりにく とりにく やき豆腐 こんぶ	たまねぎ しめじ えだまめ にんにく とうもろこし きゅうり りんご だいこん にんじん ごぼう こんにゃく ねぎ	ごはん マヨネーズ (卵なし) パンに かたくりこ		うすやきせんべい やさしいジュース セルフおにぎり (年長) 霞江
20 火	牛乳 ごはん とりにく マカロニサラダ りんご けんちん汁	牛乳 とりにく とりにく やき豆腐 こんぶ	たまねぎ しめじ えだまめ にんにく とうもろこし きゅうり りんご だいこん にんじん ごぼう こんにゃく ねぎ	ごはん マヨネーズ (卵なし) パンに かたくりこ		うすやきせんべい やさしいジュース セルフおにぎり (年長) 霞江
21 水	牛乳 ごはん とりにく マカロニサラダ りんご けんちん汁	牛乳 とりにく とりにく やき豆腐 こんぶ	たまねぎ しめじ えだまめ にんにく とうもろこし きゅうり りんご だいこん にんじん ごぼう こんにゃく ねぎ	ごはん マヨネーズ (卵なし) パンに かたくりこ		うすやきせんべい やさしいジュース セルフおにぎり (年長) 霞江
22 木	牛乳 ごはん とりにく マカロニサラダ りんご けんちん汁	牛乳 とりにく とりにく やき豆腐 こんぶ	たまねぎ しめじ えだまめ にんにく とうもろこし きゅうり りんご だいこん にんじん ごぼう こんにゃく ねぎ	ごはん マヨネーズ (卵なし) パンに かたくりこ		うすやきせんべい やさしいジュース セルフおにぎり (年長) 霞江
23 金	牛乳 ごはん とりにく マカロニサラダ りんご けんちん汁	牛乳 とりにく とりにく やき豆腐 こんぶ	たまねぎ しめじ えだまめ にんにく とうもろこし きゅうり りんご だいこん にんじん ごぼう こんにゃく ねぎ	ごはん マヨネーズ (卵なし) パンに かたくりこ		うすやきせんべい やさしいジュース セルフおにぎり (年長) 霞江
24 土	牛乳 ごはん とりにく マカロニサラダ りんご けんちん汁	牛乳 とりにく とりにく やき豆腐 こんぶ	たまねぎ しめじ えだまめ にんにく とうもろこし きゅうり りんご だいこん にんじん ごぼう こんにゃく ねぎ	ごはん マヨネーズ (卵なし) パンに かたくりこ		うすやきせんべい やさしいジュース セルフおにぎり (年長) 霞江
25 日	牛乳 ごはん とりにく マカロニサラダ りんご けんちん汁	牛乳 とりにく とりにく やき豆腐 こんぶ	たまねぎ しめじ えだまめ にんにく とうもろこし きゅうり りんご だいこん にんじん ごぼう こんにゃく ねぎ	ごはん マヨネーズ (卵なし) パンに かたくりこ		うすやきせんべい やさしいジュース セルフおにぎり (年長) 霞江
26 月	牛乳 ごはん とりにく マカロニサラダ りんご けんちん汁	牛乳 とりにく とりにく やき豆腐 こんぶ	たまねぎ しめじ えだまめ にんにく とうもろこし きゅうり りんご だいこん にんじん ごぼう こんにゃく ねぎ	ごはん マヨネーズ (卵なし) パンに かたくりこ		うすやきせんべい やさしいジュース セルフおにぎり (年長) 霞江
27 火	牛乳 ごはん とりにく マカロニサラダ りんご けんちん汁	牛乳 とりにく とりにく やき豆腐 こんぶ	たまねぎ しめじ えだまめ にんにく とうもろこし きゅうり りんご だいこん にんじん ごぼう こんにゃく ねぎ	ごはん マヨネーズ (卵なし) パンに かたくりこ		うすやきせんべい やさしいジュース セルフおにぎり (年長) 霞江
28 水	牛乳 ごはん とりにく マカロニサラダ りんご けんちん汁	牛乳 とりにく とりにく やき豆腐 こんぶ	たまねぎ しめじ えだまめ にんにく とうもろこし きゅうり りんご だいこん にんじん ごぼう こんにゃく ねぎ	ごはん マヨネーズ (卵なし) パンに かたくりこ		うすやきせんべい やさしいジュース セルフおにぎり (年長) 霞江
29 木	牛乳 ごはん とりにく マカロニサラダ りんご けんちん汁	牛乳 とりにく とりにく やき豆腐 こんぶ	たまねぎ しめじ えだまめ にんにく とうもろこし きゅうり りんご だいこん にんじん ごぼう こんにゃく ねぎ	ごはん マヨネーズ (卵なし) パンに かたくりこ		うすやきせんべい やさしいジュース セルフおにぎり (年長) 霞江
30 金	牛乳 ごはん とりにく マカロニサラダ りんご けんちん汁	牛乳 とりにく とりにく やき豆腐 こんぶ	たまねぎ しめじ えだまめ にんにく とうもろこし きゅうり りんご だいこん にんじん ごぼう こんにゃく ねぎ	ごはん マヨネーズ (卵なし) パンに かたくりこ		うすやきせんべい やさしいジュース セルフおにぎり (年長) 霞江
31 土	牛乳 ごはん とりにく マカロニサラダ りんご けんちん汁	牛乳 とりにく とりにく やき豆腐 こんぶ	たまねぎ しめじ えだまめ にんにく とうもろこし きゅうり りんご だいこん にんじん ごぼう こんにゃく ねぎ	ごはん マヨネーズ (卵なし) パンに かたくりこ		うすやきせんべい やさしいジュース セルフおにぎり (年長) 霞江

昼給食 弁当持参のお願い

10月15日(木) 運動会 10月16日(金) 運動会予備日

おやつは提供いたします。ご協力お願いいたします

19日食育献立

12月

「食」について考えてみませんか？

10月16日は「世界食糧デー」です。

食料危機に関する2025年版の報告書によると、急性食料不安と急性栄養不良は深刻さを増し、過去10年で急性飢餓が倍増、さらに2件の飢餓が宣言されたと指摘しています。急性飢餓に直面している人口の2/3は、アフガニスタンやバングラディッシュなどの10カ国に集中、また2件の飢餓は、ガザ地区およびスーダンの一部地域で確認されました。世界的な食糧増産の一方、約7億人が慢性的な栄養不足、経済的な理由で健康的な食事を摂ることが出来ない世界の人口は約26億人との報告があります。(2024年推定値)

私たちができることは何でしょうか。

「残さず食べる」「必要な分だけ購入する」一見飢餓には程遠いように感じますが、小さな一歩が集まれば未来の食料危機を救えるかも!?世界の飢餓、食糧について考えてみませんか？

食材、商品の入荷の都合により、献立が変更となる場合があります。



愛知県産 使用予定食材

小松菜、蓮根、豚肉
三つ葉、蒲郡みかん(ゼリー)

おさかなチャレンジデー

6日 さけ(鮭)

