

離乳献立表



10月は「食欲の秋」「実りの秋」と言う言葉があるように、旬の食材が豊富な季節です。
野菜には、それぞれの「旬」に栄養価が最も高く、秋野菜には、夏の疲労回復を促し、冬の寒さに備えて、体を温める効果がありますので旬の作用積極的に摂取できる給食を提供していきます。



2025年10月 ※献立はいつでも差し上げられますのでお声掛けください。 太子保育園

日付	献立		中期	後期	完了	10時おやつ (後期・完了)	3時おやつ (後期・完了)	行事
01 水	御飯 つるるんチャイナ かぶときゅうりの昆布和え 白菜スープ	主食 主菜 副菜 汁	米 ブロッコリー、人参 かぼちゃ、ほうれんそう 野菜スープ	米 豚肉、春雨 胡瓜、人参 白菜	米 豚肉、春雨 胡瓜、人参 白菜	茹大根	ホットケーキ粉	
02 木	御飯 チキンピカタ 小松菜とツナのサラダ 味噌汁(えのき・玉ねぎ)	主食 主菜 副菜 汁	米 たまねぎ、じゃがいも 小松菜、かぼちゃ 野菜スープ	米 鶏肉、小松菜 大根、かぼちゃ 玉葱	米 鶏肉、小松菜 大根、かぼちゃ 玉葱	茹人参	じゃが芋	
03 金	麦御飯 豆腐のうま煮 れんこんカレー炒め 味噌汁(わかめ・ねぎ)	主食 主菜 副菜 汁	米 豆腐、人参 キャベツ、たまねぎ 野菜スープ	米 豚肉、豆腐、玉ねぎ にんじん、じゃがいも ねぎ、わかめ	米 豚肉、豆腐、玉ねぎ にんじん、じゃがいも ねぎ、わかめ	さつま芋	かぼちゃ	
04 土	鶏南蛮うどん オレンジ	主食 主菜 副菜	うどん たまねぎ、じゃがいも 人参、かぼちゃ	うどん 鶏肉、玉ねぎ にんじん、オレンジ	うどん 鶏肉、玉ねぎ にんじん、オレンジ			
06 月	御飯(雑穀入り) 鯖の塩焼き ブロッコリーサラダ けんちん汁	主食 主菜 副菜 汁	米 ブロッコリー、人参 豆腐、だいこん 野菜スープ	米 鮭、玉ねぎ、じゃがいも ブロッコリー、人参 豆腐、大根、ねぎ	米 鮭、玉ねぎ、じゃがいも ブロッコリー、人参 豆腐、大根、ねぎ	牛乳	さつまいも	十五夜
07 火	御飯 はなぎょうざ 春雨サラダ 中華スープ	主食 主菜 副菜 汁	米 キャベツ、たまねぎ 人参、ほうれんそう 野菜スープ	米 豚ひき肉、キャベツ、ねぎ 胡瓜、人参 ねぎ、焼き麩	米 豚ひき肉、キャベツ、ねぎ 胡瓜、人参 ねぎ、焼き麩	豆乳	米、かつお節	
08 水	御飯 味噌カツ スパゲッティサラダ 豆乳スープ	主食 主菜 副菜 汁	米 人参、かぼちゃ じゃがいも、ブロッコリー 野菜スープ	米 豚肉、キャベツ スパゲティ、人参、胡瓜 じゃがいも、玉ねぎ	米 豚肉、キャベツ スパゲティ、人参、胡瓜 じゃがいも、玉ねぎ	茹人参	ホットケーキ粉	音楽指導
09 木	御飯 タンドリーチキン まっくろくろすけサラダ 野菜スープ	主食 主菜 副菜 汁	米 人参、玉ねぎ 大根、ほうれんそう 野菜スープ	米 鶏肉、玉ねぎ 人参、かぼちゃ 玉ねぎ、人参	米 鶏肉、玉ねぎ 人参、かぼちゃ 玉ねぎ、人参	蒸しパン	さつまいも	
10 金	麦御飯 ブルコギ 里芋煮 味噌汁(小松菜・油揚げ)	主食 主菜 副菜 汁	米 たまねぎ、じゃがいも 人参、小松菜 野菜スープ	米 豚肉、玉ねぎ 人参、さつまいも 小松菜	米 豚肉、玉ねぎ 人参、さつまいも 小松菜	茹大根	食パン	
11 土	親子丼 味噌汁	主食 主菜 副菜 汁	米 たまねぎ、じゃがいも にんじん、キャベツ 野菜スープ	米 鶏肉、玉ねぎ にんじん、さつまいも キャベツ	米 鶏肉、玉ねぎ にんじん、さつまいも キャベツ			
14 火	御飯 マーボー豆腐 かにかまサラダ わかめスープ	主食 主菜 副菜 汁	米 豆腐、にんじん たまねぎ、じゃがいも 野菜スープ	米 豚ひき肉、ねぎ、豆腐 人参、きゅうり 玉ねぎ、わかめ	米 豚ひき肉、ねぎ、豆腐 人参、きゅうり 玉ねぎ、わかめ	牛乳	蒸しパン	
15 水	カレーうどん フライドポテト 飲むヨーグルト	主食 主菜 副菜 汁	うどん たまねぎ、じゃがいも 人参、さつまいも 野菜スープ	うどん 豚肉、玉ねぎ、ねぎ じゃがいも	うどん 豚肉、玉ねぎ、ねぎ じゃがいも	バナナ	米、かつお節	
16 木	御飯 春巻き 五日納豆 味噌汁(なめこ・あおさ)	主食 主菜 副菜 汁	米 キャベツ、たまねぎ 小松菜、人参 野菜スープ	米 豚ひき肉、キャベツ 人参、ブロッコリー ほうれんそう	米 豚ひき肉、キャベツ 人参、ブロッコリー ほうれんそう	茹大根	さつまいも	避難訓練
17 金	御飯 和風チキン にんじんしりしり ほうれん草とベーコンのミルクスープ	主食 主菜 副菜 汁	米 ほうれんそう、キャベツ じゃがいも、ブロッコリー 野菜スープ	米 鶏肉、玉ねぎ ブロッコリー、じゃがいも ほうれんそう	米 鶏肉、玉ねぎ ブロッコリー、じゃがいも ほうれんそう	茹人参	かぼちゃ	4.5歳児遠足
18 土	ミートソース 野菜スープ	主食 主菜 副菜 汁	スパゲティ たまねぎ、じゃがいも 人参、キャベツ 野菜スープ	スパゲティ 豚ひき肉、玉ねぎ、人参 キャベツ、じゃがいも	スパゲティ 豚ひき肉、玉ねぎ、人参 キャベツじ、やがいも			
20 月	御飯 魚と野菜のカラフルソテー 切干大根の煮物 味噌汁(豆腐・ねぎ)	主食 主菜 副菜 汁	米 人参、玉ねぎ、 豆腐、さつまいも 野菜スープ	米 鮭、玉ねぎ じゃがいも、人参 豆腐、ねぎ	米 鮭、玉ねぎ じゃがいも、人参 豆腐、ねぎ	豆乳	ホットケーキ粉	4.5歳児遠足 予備日
21 火	御飯 カントリー風炒め はんぺんのバター焼き 洋風スープ	主食 主菜 副菜 汁	米 たまねぎ、じゃがいも 人参、キャベツ 野菜スープ	米 豚肉、玉ねぎ 人参、じゃがいも キャベツ	米 豚肉、玉ねぎ 人参、じゃがいも キャベツ	茹人参	さつまいも	
22 水	御飯 コロッケ 大根とさつま揚げ煮 味噌汁(ほうれん草・しいたけ)	主食 主菜 副菜 汁	米 じゃがいも、ブロッコリー 大根、人参 野菜スープ	米 豚肉、玉ねぎ 大根、人参 ほうれんそう	米 豚肉、玉ねぎ 大根、人参 ほうれんそう	牛乳	小麦粉、納豆 キャベツ、ねぎ	
23 木	御飯 回鍋肉 カボサツサラダ 春雨スープ	主食 主菜 副菜 汁	米 人参、キャベツ かぼちゃ、さつまいも 野菜スープ	米 豚肉、人参、キャベツ かぼちゃ、さつまいも チンゲンサイ	米 豚肉、人参、キャベツ かぼちゃ、さつまいも チンゲンサイ	蒸しじゃがいも	大根、人参 ねぎ、小麦粉	
24 金	食パン チキンのクリーム煮 ナポリタン 野菜スープ	主食 主菜 副菜 汁	食パン 玉ねぎ、人参 じゃがいも、ブロッコリー 野菜スープ	食パン 鶏肉、玉ねぎ じゃがいも、人参 白菜	食パン 鶏肉、玉ねぎ じゃがいも、人参 白菜	茹大根	米、かつお節	
25 土	焼きそば 野菜スープ	主食 主菜 汁	そうめん じゃがいも、キャベツ	そうめん 豚肉、じゃがいも、キャベツ	そうめん 豚肉、じゃがいも、キャベツ			
27 月	卵あんかけ御飯 わかめサラダ ワントンスープ	主食 主菜 副菜 汁	米 人参、玉ねぎ ほうれんそう、キャベツ 野菜スープ	米 鮭、人参、玉ねぎ 胡瓜、さつまいも あさつき、キャベツ	米 鮭、人参、玉ねぎ 胡瓜、さつまいも あさつき、キャベツ	牛乳	ホットケーキ粉	運動会全体 練習
28 火	御飯 塩じゃが 白菜のごま酢和え 味噌汁(ほうれん草・油揚げ)	主食 主菜 副菜 汁	米 玉ねぎ、白菜 じゃがいも、ブロッコリー 野菜スープ	米 豚肉、玉ねぎ、白菜 じゃがいも、ブロッコリー ほうれんそう	米 豚肉、玉ねぎ、白菜 じゃがいも、ブロッコリー ほうれんそう	茹人参	さつまいも	
29 水	五目うどん さつま芋の甘煮 飲むヨーグルト	主食 主菜 副菜 汁	うどん 白菜、人参 さつまいも 野菜スープ	うどん 豚肉、白菜、ねぎ さつまいも	うどん 豚肉、白菜、ねぎ さつまいも	茹大根	米、かつお節	
30 木	御飯(雑穀入り) チキン南蛮 れんこんの金平 みかん 味噌汁(さつまいも・玉葱)	主食 主菜 副菜 汁	米 玉ねぎ、人参 かぼちゃ、大根 野菜スープ	米 鶏肉、玉ねぎ かぼちゃ、大根 さつまいも オレンジ(茹でる)	米 鶏肉、玉ねぎ かぼちゃ、大根 さつまいも オレンジ	蒸しじゃがいも	バナナ	誕生会
31 金	御飯 ハンバーグ マカロニサラダ かぼちゃのポタージュスープ	主食 主菜 副菜 汁	米 玉ねぎ、人参 かぼちゃ、ほうれん草 野菜スープ	米 豚ひき肉、玉ねぎ、人参 マカロニ、胡瓜 かぼちゃ	米 豚ひき肉、玉ねぎ、人参 マカロニ、胡瓜 かぼちゃ	さつま芋	ホットケーキ粉	

※献立は都合により変更することがあります。※未満児は午前おやつ・昼食・午後おやつ時に麦茶を提供します。以上児は状況に応じて麦茶を提供します。