



## 2026年度10月 献立予定表（後期食）



ニチキッズ北たみや保育園

| 日付                   | 献立名                                         | 材料名                                                                                                                | おやつ          |
|----------------------|---------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|
| 1<br>15<br>29<br>(木) | 5倍粥<br>なすのおみそ汁<br>ふわふわつくねの煮物<br>こまつなのしょうゆ煮  | 米、水／かつおだし汁、なす、切り干しだいこん、みそ／かつおだし汁、豚ひき肉、木綿豆腐、たまねぎ、片栗粉、ケチャップ、砂糖／こまつな、もやし、えのきだけ、しょうゆ／米、水、ほうれんそう、しらす干し                  | 青菜のお粥        |
| 2<br>16<br>30<br>(金) | 5倍粥<br>じゃがいものすまし汁<br>かれいのみそ煮<br>こまつなと豆腐の煮物  | 米、水／かつお・昆布だし汁、じゃがいも、ねぎ、カットわかめ、食塩、しょうゆ／かれい、えのきだけ、はくさい、砂糖、みそ／こまつな、にんじん、たまねぎ、コーン（冷凍）、木綿豆腐、しょうゆ／小麦粉、ベーキングパウダー、砂糖、牛乳    | パンケーキ        |
| 3<br>17<br>(土)       | 5倍粥<br>チンゲンサイのおみそ汁<br>さけの甘辛煮<br>切り干しだいこんの旨煮 | 米、水／かつおだし汁、チンゲンサイ、たまねぎ、みそ／さけ、砂糖、しょうゆ／かつおだし汁、切り干しだいこん、にんじん、いんげん、砂糖、しょうゆ／みかん濃縮果汁、砂糖、かんてん（粉）                          | みかん寒天        |
| 31<br>(土)            | 5倍粥<br>チンゲンサイのおみそ汁<br>さけの甘辛煮<br>切り干しだいこんの旨煮 | 米、水／かつおだし汁、チンゲンサイ、たまねぎ、みそ／さけ、砂糖、しょうゆ／かつおだし汁、切り干しだいこん、にんじん、いんげん、砂糖、しょうゆ／かぼちゃ、片栗粉、牛乳                                 | かぼちゃポーロ      |
| 5<br>19<br>(月)       | 5倍粥<br>はくさいのおみそ汁<br>やさいと豆腐のくす煮<br>さつまいもの甘煮  | 米、水／かつおだし汁、はくさい、にんじん、カットわかめ、みそ／木綿豆腐、ツナ水煮缶、ひじき、たまねぎ、にんじん、砂糖、しょうゆ、片栗粉、水／さつまいも、ブロッコリー、砂糖／牛乳、砂糖、コーンフレーク                | コーンフレークのミルク煮 |
| 6<br>20<br>(火)       | 5倍粥<br>さといものおみそ汁<br>かれいの煮つけ<br>ほうれんそうの煮物    | 米、水／かつおだし汁、さといも、ねぎ、みそ／かれい、砂糖、しょうゆ／ほうれんそう、にんじん、もやし、しょうゆ／じゃがいも、たまねぎ、片栗粉                                              | じゃがいももち      |
| 7<br>21<br>(水)       | 5倍粥<br>さつまいものおみそ汁<br>鶏肉と玉ねぎの煮物<br>キャベツのしらす煮 | 米、水／かつおだし汁、さつまいも、だいこん、しめじ、みそ／鶏もも肉、たまねぎ、砂糖、しょうゆ／しらす干し、キャベツ、ブロッコリー、にんじん／油、小麦粉、かつおだし汁、豚肉（もも）、キャベツ、たまねぎ                | お好み焼き        |
| 8<br>22<br>(木)       | 5倍粥<br>こまつなのおみそ汁<br>かれいの塩煮<br>さといものおかか煮     | 米、水／かつおだし汁、こまつな、もやし、ねぎ、みそ／かれい、食塩／さといも、にんじん、きゅうり、かつお節、しょうゆ／かぼちゃ、きな粉、砂糖                                              | かぼちゃ団子       |
| 9<br>23<br>(金)       | 5倍粥<br>もやしのおみそ汁<br>鶏肉のねぎ塩煮<br>ピーマンのそぼろ煮     | 米、水／かつおだし汁、チンゲンサイ、もやし、みそ／鶏もも肉、ねぎ、食塩／豚ひき肉、ピーマン、にんじん、砂糖、しょうゆ／米、カットわかめ、水、しらす干し                                        | しらす粥         |
| 10<br>24<br>(土)      | 5倍粥<br>だいこんのおみそ汁<br>豚肉のやわらか煮<br>ツナひじき煮      | 米、水／かつおだし汁、だいこん、ねぎ、カットわかめ、みそ／豚肉（もも）、しょうゆ、砂糖／ツナ水煮缶、ひじき、キャベツ、にんじん、砂糖、しょうゆ／さつまいも                                      | さつまいものマッシュ   |
| 26<br>(月)            | 高野豆腐のそぼろ粥<br>ほうれんそうのすまし汁<br>さといものみそ煮        | 米、かつお・昆布だし汁、鶏ひき肉、凍り豆腐、砂糖、しょうゆ／かつお・昆布だし汁、ほうれんそう、たまねぎ、カットわかめ、食塩、しょうゆ／かつお・昆布だし汁、さといも、にんじん、砂糖、みそ／油、砂糖、小麦粉、ベーキングパウダー、牛乳 | ミルクケーキ       |
| 13<br>27<br>(火)      | 鶏肉とさつまいもの粥<br>キャベツスープ<br>にんじんのしょうゆ煮         | 米、かつお・昆布だし汁、鶏もも肉、さつまいも、たまねぎ、ブロッコリー、食塩／かつお・昆布だし汁、キャベツ、コーン（冷凍）／にんじん、きゅうり、しょうゆ／米、昆布だし汁、切り干しだいこん、にんじん、しょうゆ             | にんじん粥        |
| 14<br>28<br>(水)      | 青菜のお粥<br>きのこのおみそ汁<br>かれいのやわらか煮<br>はくさいのおかか煮 | 米、水、かぶ・葉／かつおだし汁、エリンギ、まいたけ、たまねぎ、みそ／かれい、しょうゆ／はくさい、チンゲンサイ、かぶ、にんじん、かつお節、しょうゆ／マカロニ、きな粉、砂糖、食塩                            | マカロニきな粉      |

◎食材仕入れの都合により献立が変更になる場合があります。ご了承下さい。

◎乳児クラスは末食の食材は給食で提供しません。

食品確認票と献立表の材料名内の太字を参考にご家庭で2回以上  
喫食しましたらお知らせ下さい。

◎しらす干しは、えびやかに類が混ざる漁法で漁獲されたものを使用する場合がございます。

