

令和7年（2025年）10月熊本市立保育園給食標準献立

2025年10月分の献立

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前	 【1か月平均栄養素量】 		1 牛乳、コーンフレーク	2 牛乳、ボーロ	3 牛乳、せんべい	4 牛乳、ビスケット
昼食	《未満児（主食込み）》 エネルギー 466 kcal たんぱく質 18.8 g 脂 質 15.5 g 《以上児（主食なし）》 エネルギー 390 kcal たんぱく質 19.5 g 脂 質 17.5 g		飯、豆腐とたまねぎのみそ汁、スパニッシュオムレツ、大根の和風サラダ	飯、春雨汁、魚のきのこソースかけ、もやし炒め、オレンジ	飯、白菜のスープ、松風焼き、切干しの中華サラダ	飯、ツナと豆腐の和風煮、大根のみそ汁
午後	脂 質 15.5 g		牛乳、ココアちんすこう	牛乳、米粉のレモンクッキー	牛乳、ひじきおにぎり	牛乳、バナナ、かりんとう
午前	6 牛乳、ウエハース	7 牛乳、ボーロ	8 牛乳、クラッカー	9 牛乳、コーンフレーク	10 牛乳、ビスケット	11 牛乳、せんべい
昼食	飯、中華丼、里芋のおかか煮、バナナ 	飯、豆腐のスープ、なすとペンネのミートグラタン、青菜のごま和え	飯、肉団子スープ、納豆和え、バナナ	飯、ふすまし汁、さばのみそ煮、キャベツの磯和え	飯、肉豆腐、マカロニサラダ、バナナ	飯、きつね丼、もやしのみそ汁
午後	牛乳、うどんあべ川	牛乳、レーズンのスコーン	牛乳、大豆甘煮	牛乳、パイナップルケーキ	牛乳、つぶつぶオレンジゼリー	牛乳、塩こんぶおにぎり
午前	13 スポーツの日	14 牛乳、クラッカー	15 牛乳、ボーロ	16 牛乳、ウエハース	17 牛乳、ビスケット	18 牛乳、せんべい
昼食	 スポーツの日	飯、チキンカレー、ピクルス、オレンジ	飯、青菜のすまし汁、ひき肉とれんこんの和風焼き、じゃがいもの含め煮、バナナ	飯、キャベツのみそ汁、魚のマヨネーズ焼き、柿なます	飯、豆腐のみそ汁、ヒレカツ、もやしと小松菜のおかか和え	飯、鶏肉と野菜のうま煮、白菜のみそ汁
午後		牛乳、マカロニココア	牛乳、ヨーグルト(鉄強化)、せんべい	牛乳、さくさくきな粉クッキー	牛乳、かりかりいりこ、なし	牛乳、バナナ、クッキー
午前	20 牛乳、ボーロ	21 牛乳、コーンフレーク	22 牛乳、ウエハース	23 牛乳、みかん缶	24 牛乳、クラッカー	25 牛乳、せんべい
昼食	飯、ハヤシライス、ブロッコリーサラダ	飯、豚肉と豆腐のチャンプルー、かぼちゃの磯煮、バナナ	飯、タイピーエン、厚揚げの煮物、オレンジ	飯、たまねぎのみそ汁、魚のタンドリー風、三色なます、バナナ	飯、豆腐とわかめのスープ、ホイコーロー、スパゲティサラダ	飯、デミそばろのつけ丼、具たくさんスープ
午後	牛乳、じゃこトースト	牛乳、わかめおにぎり	牛乳、お芋の天ぷら	牛乳、もちもちチーズパン	牛乳、麩のラスク	牛乳、ホットケーキ
午前	27 牛乳、ボーロ	28 牛乳、ビスケット	29 牛乳、コーンフレーク	30 牛乳、クラッカー	31 牛乳、せんべい	
昼食	飯、クリームシチュー、炒めきゅうり、オレンジ	飯、かぼちゃのみそ汁、魚の揚げ卸し煮、白菜のおかか和え	飯、スーミータン、麻婆豆腐、大根とひじきのサラダ	飯、つみれ汁、鶏レバー甘辛煮、バナナ	飯、白菜と豆腐のスープ、ポテトミートローフ、わかめとじゃこの酢の物	
午後	牛乳、グレープゼリー、鉄強化ウエハース	牛乳、五平餅	牛乳、りんご、かりんとう	牛乳、ハロウィンクッキー 	牛乳、菓子パン	

※午前のおやつは未満児のみ、以上児の昼食はご飯持参となります

※行事及び保育等の都合上、献立が変更になることがあります

※16日の『柿なます』については、離乳完了期までは柿を使わず、柿なしの『なます』になります。