

令和7年度 10月 給食献立表

こども園まこと

日	曜日	全員共通献立	あかちゃん ぺんぎん主食	3時おやつ (2・3号認定)	1号認定 給食提供
1・15	水	オニオンコーンスープ チキンカツ ブロッコリーおかか和え 果物	ごはん	牛乳 市販菓子	○
2・16	木	味噌汁 たらの香味焼き 白菜しめじ和え 果物	ふりかけごはん	2日牛乳・ごまマフィン 16日牛乳・鉄強化菓子	○
3・17	金	さつまいものカレー 小松菜ツナ和え 果物	ごはん	ヨーグルト 鉄強化菓子	○
4・18	土	わかめラーメン 南瓜のグラッセ風 果物	ラーメン	牛乳 市販菓子	/
6・20	月	味噌汁 生揚げの酢豚風 キャベツと胡瓜のごま酢和え 果物	ごはん	6日牛乳・お月見団子 20日牛乳・スイートポテト	○
7・21	火	味噌汁 ツナ入りオムレツ チンゲン菜コーンと和え 果物	ごはん	牛乳 市販菓子	○
8	水	お弁当日	/	牛乳 市販菓子	/
22	水	味噌汁 ハンバーグ 切干大根のナムル 果物	ごはん	牛乳 ホットケーキ	○
9・23	木	クリームシチュー 豚肉のマーマレード焼き ほうれん草のソテー 果物	バターロール	9日麦茶・鉄強化チーズ・市販菓子 23日牛乳・グレープゼリー	○
10・24	金	味噌汁 鮭ちゃんちゃん焼き ブロッコリーマヨネーズ添え 果物	ごはん	牛乳 メロンパン	○
11・25	土	トマトスープスパゲティ 小松菜しらす和え 果物	スパゲティ	牛乳 市販菓子	/
27	月	豆乳味噌汁 鶏肉きのこ煮 甘酢キャベツ 果物	ごはん	牛乳 市販菓子	○
14・28	火	味噌汁 チンジャオロースー 大根ツナサラダ 果物	ごはん	14日牛乳・南瓜ドーナツ 28日牛乳・鉄強化菓子	○
29	水	味噌汁 きれいの変わり揚げ キャベツのお浸し 果物	ごはん	牛乳 味噌スパゲティ	○
30	木	石狩汁 豚肉の生姜焼き もやしの海苔和え 果物	ごはん	牛乳 市販菓子	○
31	金	ハヤシライス ほうれん草醤油マヨネーズ和え 果物	ごはん	牛乳 市販菓子	○

《食のウォッチング》

～お月見～

10月6日は十五夜です

お月見のお供えといえば、月見だんごやススキを思い浮かべる方も多いのではないのでしょうか。十五夜は別名「芋名月」と呼ばれ、秋の収穫物である芋類をお供えする風習からそう呼ばれるようになりました。里芋やさつまいも、さらに旬の野菜や果物をお供えするには、農作物の豊作を願い、収穫に感謝する意味合いが込められています。



【今月提供予定の果物】

バナナ、オレンジ、パイナップル、梨、柿など

※ あかちゃん・ぺんぎん組の午前のおやつは牛乳とくだものです。(毎日つきます)

※ 10月に柿の提供があります。まだ食べていない方はお試しをお願いします。