



令和7年 10月
津軽石保育所

日	曜	全所児		未満児	
		献立名	午後のおやつ	主食・付け合わせ	午前のおやつ
1	水	にら玉 春雨サラダ ウインナー みそ汁 梨	せんべい ジョア	ごはん ふりかけ	野菜スナック 麦茶
2	木	鮭の磯辺揚げ ごま和え 煮豆 みそ汁 オレンジ	クラッカー ぶどうゼリー	ごはん なめたけ	サブレ 麦茶
3	金	鶏のトマト煮 大根サラダ チーズ スープ キウイフルーツ	ビスケット 牛乳	ごはん カリフラワー	クラッカー 麦茶
4	土	炊き込みごはん 鶏の香味焼き お浸し ひつつみ汁 フルーツ	源氏パイ パックジュース	 ビスコ	ビスコ 麦茶
6	月	生姜焼き ツナ和え ブロッコリー みそ汁 バナナ	みたらし団子 牛乳	ごはん 味付のり	パイ 麦茶
7	火	ほっけの塩焼 すき昆布煮 かまぼこ 豚汁 キウイフルーツ	せんべい 牛乳	ごはん 雑穀	野菜スナック 麦茶
8	水	豆腐のそぼろあんかけ かぼちゃサラダ 枝豆 みそ汁 オレンジ	おかき 牛乳	ごはん ごましお	コーン菓子 麦茶
9	木	誕生会 醤油ラーメン しゅうまい ナムル ブロッコリー クレープ	お芋ケーキ 牛乳	 白かりんとう	白かりんとう 麦茶
10	金	鶏のからあげ 納豆和え カリフラワー みそ汁 グレープフルーツ	スナック菓子 牛乳	ごはん コーンソテー	ビスケット 麦茶
11	土	三色そぼろ丼 なめたけ和え みそ汁 フルーツ	ビスケット パックジュース	 ウエハース	ウエハース 麦茶
13	月	スポーツの日		 っっ	

献立は変更になることもありますので、ご了承ください

9日、31日 は給食から主食を提供しますので、以上児のご飯はいりません。

中秋の名月「お月見」

中秋の名月を「十五夜」ともいいます。十五夜は、秋の美しい月を見ながら収穫に感謝する日といわれ、十五夜には、15個のお団子をお供えします。お月見に欠かさないお団子は、白玉粉や上新粉で作ります。白玉粉で作るときは、豆腐を入れるとなめらかになり、子どもたちも食べやすくなります。お月様の見えるところにお団子と、秋に収穫される果物やススキを供えて、感謝と祈りを捧げましょう。



日	曜	全所児		未満児	
		献立名	午後のおやつ	主食・付け合わせ	午前のおやつ
14	火	韓国風焼き肉 ツナマヨサラダ トマト みそ汁 バナナ	せんべい ヨーグルト	ごはん チーズ	白い風船 麦茶
15	水	さわらのみそ焼き ゆかり和え 煮豆 そうめん汁 キウイフルーツ	ホットケーキ 牛乳	ごはん 海苔の佃煮	クラッカー 麦茶
16	木	オムレツ ブロッコリーサラダ ウインナー スープ 柿	ビスケット 牛乳	ごはん トマト	ビスコ 麦茶
17	金	わかめうどん 青菜のごま和え 枝豆 ミニゼリー	甘辛せんべい 牛乳	 パイ	パイ 麦茶
18	土	混ぜ込みごはん あんかけ肉団子 きゅうりの浅漬け みそ汁 フルーツ	ホームパイ パックジュース	 野菜スナック	野菜スナック 麦茶
20	月	あじの煮付 アスパラサラダ 焼きかぼちゃ みそ汁 バナナ	せんべい プリン	ごはん 納豆	コーン菓子 麦茶
21	火	鶏ののり塩焼 れんこんきんぴら 枝豆 みそ汁 オレンジ	ごまクッキー 牛乳	ごはん ふりかけ	白かりんとう 麦茶
22	水	赤魚のムニエル สปาゲティサラダ チーズ スープ キウイフルーツ	ビスコ 牛乳	ごはん 肉そぼろ	ビスケット 麦茶
23	木	麻婆豆腐 かぼちゃの煮付 トマト 春雨スープ 梨	青のりポテト 牛乳	ごはん 雑穀	ウエハース 麦茶
24	金	カレーライス きゅうりの酢の物 福神漬 スープ グレープフルーツ	ウエハース 牛乳	ごはん 魚肉ソーセージ	白い風船 麦茶
25	土	和風パスタ 温野菜サラダ スープ フルーツ	パイ パックジュース	 コーン菓子	コーン菓子 麦茶
27	月	鶏の照り焼き コールスロー カリフラワー みそ汁 バナナ	ピザトースト 牛乳	ごはん トマト	クラッカー 麦茶
28	火	さばの竜田揚げ 磯和え かまぼこ みそ汁 オレンジ	歌舞伎揚げ 牛乳	ごはん 味付のり	塩せんべい 麦茶
29	水	チンジャオロース 中華和え トマト スープ グレープフルーツ	スイートポテト 牛乳	ごはん ブロッコリー	野菜スナック 麦茶
30	木	たらこのマヨ焼 肉じゃが チーズ みそ汁 キウイフルーツ	スナック菓子 牛乳	ごはん ふりかけ	揚げせんべい 麦茶
31	金	コッペパン チキングラタン 花菜サラダ コンソメスープ 柿	パンキンパイ 牛乳	 ビスコ	ビスコ 麦茶

10月生まれのおともだち

たんぽぽ組

るなちゃん

つくし組

ちひろちゃん
こあくん

ひよこ組

そらちゃん

