2026年10月の献立

献立表　普通食

ソフィア稲荷保育園

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
			1	2	3
			御飯 鶏肉のカレーあんかけ ブロッコリーとツナの和え物 玉ねぎとしめじのみそ汁	御飯 豚肉のしぐれ煮 きゅうりとわかめの酢の物 じゃがいもとキャベツのみそ汁	牛乳 ミニ黒糖ツイスト ゼリー
			牛乳 きな粉トースト	お茶 コーンフレーク	牛乳 せんべい クッキー
5	6	7	8	9 目の日	10
チャーハン 小松菜の磯和え 中華スープ オレンジ	御飯 豚じゃが キャベツのゆかり和え 豆腐のみそ汁	御飯 鶏むね肉のごまみそ焼き ほうれん草の納豆あえ かぼちゃと油揚げのすまし汁	御飯 豚肉ときのこのポン酢炒め 白菜とコーンの和え物 小松菜のみそ汁	御飯 まぐろのフライ ３色サラダ 野菜スープ	牛乳 五目野菜の中華丼 チーズ ゼリー
牛乳 米粉と豆腐の蒸しケーキ	飲むヨーグルト せんべい・小魚 クッキー(乳児ウエハース)	牛乳 ミートスパゲティー	牛乳 みたらし団子	牛乳 にんじんクッキー	牛乳 せんべい クッキー
12	13	14	15	16	17
スポーツの日	御飯 さばのみそ煮 チンゲン菜のごま和え じゃがいもと大根のすまし汁	御飯 豚肉と青菜の炒め物 白菜のお浸し 厚揚げと玉ねぎのみそ汁	牛乳・ロールパン さつまいもときのこのクリームシチュー ツナサラダ バナナ	御飯 なすとひき肉の甘辛炒め ほうれん草とコーンのマヨネーズ和え お麸とわかめのみそ汁	牛乳 ハムマヨパニーニ ゼリー
	牛乳 高野豆腐のコロコロ揚げ	牛乳 お好み焼き	お茶 しらすおにぎり おやつ昆布(3～5歳)	牛乳 黒ごまマフィン	牛乳 せんべい クッキー
19	20	21	22	23	24
御飯 鮭のパン粉焼き ひじきの煮物 小松菜と大根の豆乳みそ汁	御飯 鶏肉ののり塩唐揚げ 小松菜とちくわの和え物 わかめと白菜のみそ汁	御飯 豚肉の梅しょうが焼き チンゲン菜のカリカリじゃこ和え 玉ねぎと豆腐のみそ汁	御飯 えのき入りのしどり風 大根の塩昆布和え かぼちゃのすまし汁	御飯 回鍋肉 春雨サラダ わかめスープ	牛乳 ハヤシライス チーズ ゼリー
牛乳 焼きそば	牛乳 ミニストロベリーツイスト	お茶 おかか焼きおにぎり おやつ昆布(3～5歳)	牛乳 焼きかりんとう	お茶 ヨーグルト バナナ	牛乳 せんべい クッキー
26	27 お楽しみメニュー	28	29	30	31
御飯 赤魚の煮付け じゃがいもきんぴら ほうれん草としめじのみそ汁	ピラフ タンドリーチキン コールスローサラダ コンソメスープ	御飯 豚肉のみそ炒め ブロッコリーのごま酢和え にゅうめん汁	御飯 炒り豆腐 キャベツのたくあん和え えのきとじゃがいものみそ汁	ハヤシライス 千切大根ときゅうりのサラダ オレンジ	牛乳 カレーライス チーズ ゼリー
牛乳 マシュマロリッツサンド	牛乳 りんごケーキ	牛乳 スイートポテト	牛乳 小松菜団子	牛乳 パンプキンケーキ	牛乳 せんべい クッキー

仕入れ状況により材料および献立が変更になる場合があります。