



令和7年10月

献立表



新田こぼと園

日	曜	午前おやつ (未満児)	主食	昼食	午後おやつ
1	水	甘辛せんべい 牛乳	納豆 ご飯	サンマのこっくり焼き 豆腐チャンプルー オレンジ 麦茶	こまあんパン (以)牛乳(未)麦茶
2	木	ビスケット 牛乳	ご飯	鶏肉の西京焼き かぼちゃ甘煮 きなこ和え グレープフルーツ 麦茶	★チーズブティング (以)牛乳(未)麦茶
3	金	パイ菓子 麦茶	パン	カレイのムニエル ナポリタン ポテトポタージュ オレンジ 麦茶	★焼きおにぎり 乳酸菌飲料
4	土	カルシウムせん 牛乳	ご飯	スペインシュオムレツ トマト すき昆布煮 青菜と豆腐のみそ汁 パナナ 麦茶	醤油せんべい パイ菓子 野菜ジュース
5	日				
6	月	ビスケット 牛乳	ご飯	厚揚げのカレー炒め きゅうり変漬け グレープフルーツ 麦茶	★甘酒スコーン (以)牛乳(未)麦茶
7	火	揚げせんべい 牛乳	ご飯	かみかみメニュー カツオのごまみそ揚げ かぼちゃ甘煮 切干大根炒め パナナ 麦茶	★マシュマロおこし (以)牛乳(未)麦茶
8	水	パイ菓子 麦茶	パン	野菜ハンバーグ グラッコーリー コーンスープ オレンジ 麦茶	★長芋ご飯 麦茶
9	木	クラッカー 牛乳	ご飯	カレイのねぎみそ焼き しらす納豆 パナナ 麦茶	みそパン (以)牛乳(未)麦茶
10	金	ぶどうジュース	サンマ ご飯	お誕生会お祝いメニュー 鶏肉のもみじ焼き 炒り豆腐 ☆山形芋煮 みかん 麦茶	★トースト 塩せんべい (以)牛乳(未)麦茶
11	土	塩せんべい 牛乳	ご飯	和風オムレツ トマト 煮ころがし かぼちゃのみそ汁 オレンジ 麦茶	甘辛せんべい パイ菓子 豆乳ココア
12	日				
13	月			スポーツの日	
14	火	りんごジュース	ゆかり おにぎり△	☆仙台芋煮 もやしのり酢 みかん 麦茶	メロンパン (以)牛乳(未)麦茶
15	水	パイ菓子 麦茶	パン	タラと白菜のクリームシチュー のりっコーリー グレープフルーツ 麦茶	★夕焼けご飯 麦茶
16	木	醤油せんべい 牛乳	ふりかけ ご飯	お楽しみ給食 ※すみれ、ゆり組は、お弁当に盛付けます サーモンのマレド焼き ポテト ミートスパゲッティ パナナ 野菜ジュース	★きなこフレンチトースト (以)牛乳(未)麦茶
17	金	ビスケット 牛乳	納豆 ご飯	ほうれん草のキッシュ 鶏塩ビーフン オレンジ 麦茶	★わかめうどん (以)牛乳(未)麦茶
18	土	カルシウムせん 牛乳	ご飯	サーモンのポテサラ焼き トマト 五目豆 青菜と卵のみそ汁 パナナ 麦茶	醤油せんべい パイ菓子 野菜ジュース
19	日				
20	月	パイ菓子 麦茶	パン	厚揚げのミートソース マッシュポテト かぼちゃポタージュ オレンジ 麦茶	★きのこご飯 麦茶
21	火	クラッカー 牛乳	ご飯	世界の料理をたべよう ～ロシア～ ビーフストロガノフ オリヴィエサラダ フルーツゼリー 麦茶	★シルニキ (以)牛乳(未)麦茶
22	水	甘辛せんべい 牛乳	ご飯	鶏肉のしょうゆから揚げ 納豆和え オレンジ 麦茶	ロールケーキ (以)牛乳(未)麦茶
23	木	カルシウムせん 牛乳	ご飯	サンマの蒲焼き 人参きんぴら パナナ 麦茶	★スイートポテト (以)牛乳(未)麦茶
24	金	ビスケット 牛乳	ご飯	スパイシーオムレツ マーボー春雨 グレープフルーツ 麦茶	クリームパン (以)牛乳(未)麦茶
25	土	塩せんべい 牛乳	ご飯	大豆ミートローフ トマト ほうれん草のソテー かぼちゃのみそ汁 パナナ 麦茶	甘辛せんべい パイ菓子 豆乳ココア
26	日				
27	月	クラッカー 牛乳	ご飯	野菜たっぷり肉じゃが なめこ汁 グレープフルーツ 麦茶	あんパン (以)牛乳(未)麦茶
28	火	カルシウムせん 牛乳	納豆 ご飯	サーモンのピザ焼き うまっコーリー パナナ 麦茶	★ちんすこう (以)牛乳(未)麦茶
29	水	パイ菓子 麦茶	焼きそば	きゅうり変漬け ほうれん草とわかめのみそ汁 オレンジ 麦茶	★高野豆腐のそぼろご飯 乳酸菌飲料
30	木	ビスケット 牛乳	ご飯	サバのみぞれ煮 かぼちゃ甘煮 おかか和え パナナ 麦茶	★フライドポテト (以)牛乳(未)麦茶
31	金	揚げせんべい 牛乳	ご飯	ハロウィンメニュー かぼちゃのカレー 紫キャベツともやしナムル ハロウィンプリン 麦茶	米粉のおばけケーキ (以)牛乳(未)麦茶

♪お知らせ♪

- ★印は、手作りおやつです
- ☆印は、宮城・東北の郷土料理です
- ・10/10(金) お誕生会



※都合により献立を変更する場合があります。

【ハロウィンについて】

「トリック・オア・トリート! (お菓子をくれないと、いたずらするぞ)」の掛け声が合言葉のハロウィン。子どもたちがおばけの恰好をして、お菓子をもらう様子が定着していますね。

もとは秋の収穫を祝い、悪霊を追い出すヨーロッパを起源とするお祭りです。ハロウィンのモチーフになっている「ジャック・オー・ランタン」は、おばけカボチャのランタンで、この明かりをたよりに精霊がやってきて、悪霊は怖がって逃げるといわれているため、玄関や窓辺に灯してハロウィンをむかえます。



【今月の平均栄養給与量】

栄養成分	未満児	以上児
エネルギー(kcal)	524	631
たんぱく質(g)	19.6	24.4
脂質(g)	15.3	18.8
食塩相当量(g)	1.3	1.6