

2026年10月

献立表

はすねだこども園

日付	献立	材 料 名				午前おやつ	午後おやつ	行事	短時部 給食提供 有無
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料				
1 木	菜っ葉ごはん 筑前煮 キャベツの塩こぶ和え みそ汁	米、板こんにゃく、砂糖	油揚げ、味噌、鶏こ ま、すりごま	干しいたけ、塩こんぶ、 れんこん、もやし、ねぎ、に んじん、たまねぎ、しめじ、 キャベツ、いんげん	煮干し・かつおだし汁、 みりん、しょうゆ、菜飯の 素	牛乳 おこめせん ＜にんじん&かぼちゃ＞	牛乳 ●焼きプリンタルト ㊦卵(対応おやつ)		有
02 金	さわらの西京焼き ●ひじきと野菜のツナマヨ和え ㊦卵(青じそ味) すまし汁	米、砂糖、●マヨネー ズ、ごま油	味噌、ツナ味付缶、す りごま、さわら	みつば、ひじき、にんじん、 たまねぎ、コーン缶、キャ ベツ	食塩、酒、みりん、しょう ゆ、かつお・昆布だし汁	牛乳 かぼちゃポーロ	牛乳 ●十勝バタースティック ㊦卵(対応おやつ)	2歳児:食育	有
03 土	牛乳・パン ※全園児水筒持参 ㊦弁当・水筒・おやつ持参					水筒 ポーロ等 ㊦持参おやつ	水筒 クッキー等 ㊦持参おやつ		無
05 月	肉豆腐の煮物 ほうれん草の納豆和え みそ汁	油、米、砂糖、糸こんにゃく、 じゃがいも	油揚げ、木綿豆腐、味噌、 挽きわり納豆、牛肉、かつお節	もやし、ほうれんそう、ねぎ、 にんじん、たまねぎ、だい いこん	煮干し・かつおだし汁、 みりん、しょうゆ	牛乳 やさいすナック	牛乳 ハッピーターン		有
06 火	わかめご飯 ●はんぺん入り卵焼き ㊦卵・山芋(野菜炒め) いんげんのごま和え みそ汁 梨	米、砂糖	●卵、油揚げ、味噌 ●はんぺん、すりごま	もやし、ねぎ、にんじん、な す、たまねぎ、いんげん、 梨、炊き込みわかめ	食塩、煮干し・かつおだ し汁、しょうゆ	牛乳 せんべい等	牛乳 ロアンヌ		有
07 水	豚肉の甘酢炒め ナムル ワンタンスープ パイナップル	油、片栗粉、米、砂糖、 ワンタンの皮、ごま油	豚肉、すりごま	もやし、ほうれんそう、ピー マン、パイナップル、ねぎ、 にんじん、たまねぎ、しょう が、しいたけ	中華粒、酢、食塩、酒、 昆布だし汁、しょうゆ	牛乳 ひじきあられ	牛乳 ★ちんすこう		無
08 木	☆ホキのチーズフライ㊦卵 ☆添え野菜+マヨネーズ ㊦卵 きのこのみそ汁	油、米、小麦粉 ☆マヨネーズ、パン粉	☆卵、油揚げ、味噌、 粉チーズ、ホキ	ブロッコリー、ねぎ、にんじ ん、たまねぎ、しいたけ、え のきたけ	中濃ソース、食塩、煮干 し・かつおだし汁、こしょ う、酒	牛乳 きな粉ウエハース	ヤクルト ビスコ		有
09 金	ブルコギ ☆春雨サラダ ㊦卵 豆腐スープ	米、砂糖、はるさめ、ご ま油	豚肉、絹ごし豆腐 ☆ハム	もやし、ピーマン、ねぎ、に んじん、たまねぎ、しいた け、きゅうり、キャベツ	中華粒、酢、食塩、昆布 だし汁、しょうゆ、鶏がら スープの素	牛乳 ねじりん棒	牛乳 ★チージャムサンド		有
10 土	全園児弁当・水筒持参保育 ㊦弁当・水筒・おやつ持参					水筒 せんべい等 ㊦持参おやつ	水筒、 タルト等 ㊦持参おやつ		無
13 火	かぼちゃのそぼろ煮 うどん汁 りんご	油、片栗粉、米、砂糖、 ゆでうどん	油揚げ、豚ひき肉、鶏 こま	りんご、にんじん、たまね ぎ、しょうが、しいたけ、グ リンピース、かぼちゃ、カッ トわかめ、ねぎ	食塩、みりん、しょうゆ、 かつお・昆布だし汁	牛乳 小丸純せんべい	お茶 ★ソフトゼリー		有
14 水	たらの甘酢あんかけ 粉ふき芋 麩のすまし汁	油、片栗粉、米、砂糖、 じゃがいも、おつゆ麩	たら	ピーマン、ねぎ、にんじん、 たまねぎ、しめじ、あおのり	酢、食塩、酒、しょうゆ、 ケチャップ、かつお・昆 布だし汁	牛乳 ふわふわチップ ＜じゃがいも味＞	牛乳 雪の宿		無
15 木	マカロニグラタン ツナサラダ わかめスープ ふりかけ<かつお>	油、米、砂糖、マカロ ニ、ホワイトソース	鶏こま、とろけるチー ズ、ツナ缶	パセリ、にんじん、たまね ぎ、しめじ、きゅうり、キャ ベツ、カットわかめ、えのきた け	酢、食塩、昆布だし汁、 しょうゆ、コンソメ、こしょ う、ふりかけ(かつお)	牛乳 クリームラスク	お茶 アイス等		有
16 金	☆煮込みハンバーグ ●シーザーサラダ ㊦卵(青じそ味) 柿	パン粉、パン	☆卵、合挽き肉、牛 乳、柿	ブロッコリー、にんじん、た まねぎ、コーン缶、きゅう り、キャベツ	食塩、コンソメ、こしょう、 ケチャップ ●シーザーサラダドレッシング	牛乳 うす焼サラダせんべい	牛乳 ★大豆のおやき		有
17 土	牛乳・パン ※全園児水筒持参 ㊦弁当・水筒・おやつ持参					水筒 サブレ等 ㊦持参おやつ	水筒 せんべい等		無
19 月	鶏肉のから揚げ ブロッコリーサラダ 中華スープ	油、片栗粉、米、砂糖	鶏肉、ベーコン、ツナ 缶	ブロッコリー、にんじん、チ ンゲンサイ、たまねぎ、しょ うが、コーン缶	中華粒、酢、食塩、酒、 昆布だし汁、しょうゆ、こ しょう、おろしにんにく	牛乳 ごま入り味付きいりこ	お茶 ★ムース<いちご>		有
20 火	肉じゃが みそ汁 オレンジ	油、米、砂糖、糸こんにゃく、 じゃがいも、おつゆ麩	味噌、豚肉	ねぎ、にんじん、オレンジ、 たまねぎ、グリーンピース	食塩、みりん、しょうゆ	お茶 十勝ヨーグルト	ヤクルト たべっ子どうぶつ		有
21 水	鯖の煮付け きゅうりの酢の物 みそ汁	米、砂糖	油揚げ、味噌、さば、 かにかまぼこ、すりご ま	ねぎ、にんじん、しょうが、 きゅうり、キャベツ、カットわ かめ、たまねぎ	酢、酒、煮干し・かつお だし汁、みりん、しょうゆ	牛乳 花花せんべい	お茶 ★フライドポテト ＜バター醤油＞		無
22 木	ゆかりごはん ポトフ ●ブロッコリーサラダ ㊦卵(青じそ味) バナナ	米、じゃがいも	ウインナー	ブロッコリー、バナナ、にん じん、たまねぎ、コーン缶、 キャベツ	食塩、しょうゆ、コンソメ ●ごまドレッシング	牛乳 むらさきいもせんべい	牛乳 塩バニラ ＜オリエンタルベーカリー＞		有
23 金	鶏肉のオレンジ焼き キャベツとツナのサラダ さつまいものみそ汁	米、さつまいも	油揚げ、味噌、鶏肉、 ツナ缶	マーメレード、ねぎ、にん じん、たまねぎ、しょうが、 キャベツ	煮干し・かつおだし汁、 青じそドレッシング、しょ うゆ	牛乳 カリボテスナック	牛乳 歌舞伎揚げ		有
24 土	運 動 会 ※雨天:弁当・水筒持参保育㊦弁当・水筒・おやつ持参保育					雨天:水筒・せんべい等 ㊦持参おやつ	雨天:水筒・せんべい等 ㊦持参おやつ		無
25 日	運 動 会 予 備 日								
26 月	野菜炒め 高野豆腐のから揚げ きのこのスープ	油、米、片栗粉	高野豆腐、牛肉	ピーマン、にんじん、たま ねぎ、しょうが、キャベツ、 しいたけ、えのきたけ	中華粒、食塩、酒、昆布 だし汁、しょうゆ、こしょ う、オイスターソース、鶏 ガラスープの素	牛乳 かにポンセン	ヤクルト 星たべよ	土日開催:振替休日 中止:11時降園	無
27 火	●親子焼き ㊦卵(つくね) れんこんきんぴら みそ汁	油、米、砂糖	●卵、味噌、鶏ひき 肉、ちくわ、ごま	れんこん、みつば、にんじ ん、たまねぎ、カットわか め、えのきたけ	食塩、煮干し・かつおだ し汁、しょうゆ、こしょう	牛乳 パフスナック<塩味>	牛乳 ★ラスク	運動会未実施の場合 5歳児運動会ごっこ	有
28 水	さわらの幽庵焼き ☆磯和え㊦卵 豆乳のみそ汁	米、砂糖	味噌、豆乳、さわら ☆かまぼこ	ゆず果汁、もみのり、ほうれ んそう、ねぎ、にんじん、た まねぎ、かぼちゃ	酒、煮干し・かつおだし 汁、みりん、しょうゆ	牛乳 野菜スティック	牛乳 ★パインケーキ		有
29 木	ボークカレー フレンチサラダ どうぶつえんゼリー	油、米、砂糖、じゃがいも、 ゼリー	豚肉	にんじん、たまねぎ、コー ン缶、グリーンピース、きゅう り、キャベツ	酢、食塩、しょうゆ、こ しょう、カレールウ	牛乳 ふわふわチップ ＜にんじん味＞	牛乳 以●シュークリーム 未:●プチシュ ㊦卵(対応おやつ)		有
30 金	鶏肉のケチャップ煮 ☆れんこんサラダ ㊦卵 オニオンスープ	油、米、砂糖 ☆マヨネーズ 小麦粉	鶏肉、ツナ缶、すりご ま	れんこん、パセリ、にんじ ん、たまねぎ、しめじ、きゅ うり	酢、食塩、昆布だし汁、 しょうゆ、コンソメ、こしょ う、ケチャップ	牛乳 はとむぎおこし	お茶 ★カニチップ		有
31 土	牛乳 パン ※全園児水筒持参 ㊦弁当・水筒・おやつ持参					水筒 せんべい等 ㊦持参おやつ	水筒 クッキー等 ㊦持参おやつ		無