

倉治こども園 きゅうしょくだより （令和7年10月）

日	メニュー	主 な 食 材	10時間食 乳児のみ	3 時 間 食
1 水	御飯 ハンバーグ コールスローサラダ 味噌汁	米 ハンバーグ ケチャップ ウスターソース サラダ油 キャベツ 人参 コーン ノンオイルフレンチクリーミィ 砂糖 きざみあげ 白菜 だし汁 味噌	牛乳 サッポロ ポテト	牛乳 動物園ゼリー ばりんこ
	ワカメ御飯 鶏肉の竜田揚げ ブロッコリーの胡麻和え ウインナーのスープ	米 炊き込みわかめ 鶏肉 おろし生姜 醤油 料理酒 片栗粉 油 ブロッコリー コーン 人参 砂糖 醤油 白胡麻 あらびきウインナー 玉葱 コンソメ 醤油 粉パセリ		
3 金	御飯 豚肉とじゃがいもの煮物 キャベツのボン酢和え すまし汁	米 豚コマ じゃがいも 大根 人参 サラダ油 だし汁 砂糖 醤油 キャベツ 人参 ボン酢 砂糖 白胡麻 切り麩 ワカメ だし汁 醤油	牛乳 ふわっと えび味	牛乳 ★マドレーヌ ホットケーキミックス 砂糖 マーガリン 卵 スキムミルク バナエッセンス
4 土	五目うどん フルーツ	うどん 鶏肉 白菜 人参 きざみあげ ネギ だし汁 醤油 みりん パイン缶		
6 月	ゆかり御飯 カレイの野菜あんかけ 切干大根の煮物 味噌汁	米 ゆかり カレイ 料理酒 人参 玉葱 GP 砂糖 醤油 片栗粉 切干大根 人参 サラダ油 砂糖 醤油 ワカメ 切り麩 だし汁 味噌	牛乳 かっぱ えびせん	お茶 ★たこ焼き たこ焼き トンカツソース 青のり
7 火	御飯 ミートボールの甘辛焼き ポテトサラダ コンソメスープ	米 タレ付ミートボール サラダ油 玉葱 ピーマン 砂糖 醤油 じゃがいも MV エッグケアマヨネーズ 塩 玉葱 人参 コンソメ 醤油		
8 水	御飯 豚すき風煮 大根の和え物 すまし汁	米 豚コマ 人参 豆腐(焼き) 玉葱 白菜 キヌサヤ サラダ油 砂糖 醤油 みりん だし汁 大根 人参 コーン 砂糖 醤油 豆腐 ワカメ だし汁 醤油	牛乳 ふわっと えび味	牛乳 ★メープルホットケーキ ホットケーキミックス 牛乳 スキムミルク メープルシロップ サラダ油
9 木	御飯 メンチカツ 小松菜の煮浸し 味噌汁	米 メンチカツ 油 トンカツソース 小松菜 人参 コーン きざみあげ だしかつお 砂糖 醤油 きざみあげ キャベツ だし汁 味噌		
10 金	カレーライス コールスローサラダ デザート	米 豚コマ 玉葱 じゃがいも 人参 パーモントカレー 無塩バター ケチャップ ウスターソース 塩 キャベツ 人参 コーン ノンオイルフレンチクリーミィ 砂糖 動物園ゼリー	牛乳 ふわっと えび味	牛乳 ★マーラーカオ 小麦粉 BP 卵 サラダ油 牛乳 醤油 砂糖 黒胡麻
13 月	スポーツの日			
14 火	菜めし 白身魚フライ・ブロッコリー ひじき煮 味噌汁	米 菜めし 白身魚フライ 油 トンカツソース ブロッコリー ひじき きざみあげ GP 人参 サラダ油 砂糖 醤油 料理酒 だし汁 玉葱 ワカメ だし汁 味噌	牛乳 サッポロ ポテト	牛乳 動物園ゼリー ばりんこ
15 水	御飯 豚肉と厚揚げの煮物 キャベツの和え物 すまし汁	米 豚コマ 絹厚揚げ 白菜 人参 サラダ油 だし汁 砂糖 醤油 キャベツ 人参 もやし 砂糖 醤油 切り麩 豆腐 だし汁 醤油		
16 木	御飯 スペイン風オムレツ ブロッコリーのフレンチサラダ コンソメスープ	米 卵 ピーマン 玉葱 人参 ツナ缶 サラダ油 塩 コンソメ ケチャップ ブロッコリー 人参 コーン ノンオイルフレンチクリーミィ 砂糖 玉葱 キャベツ コンソメ 醤油	牛乳 かっぱ えびせん	牛乳 ★マスカットゼリー カップゼリーの素 マスカット味
17 金	中華丼 チンゲンサイのナムル 中華スープ	米 豚コマ 白菜 人参 玉葱 醤油 中華スープペースト 料理酒 砂糖 塩 胡麻油 片栗粉 ネギ チンゲンサイ 人参 白胡麻 胡麻油 鶏ガラスープの素 大根 ワカメ 中華スープペースト 醤油		
18 土	きつねうどん フルーツ	うどん きざみあげ 鶏肉 砂糖 醤油 玉葱 人参 ネギ みりん パイン缶		牛乳 動物園ゼリー ばりんこ

日			10時間食	3時間食
	メニュー	主 な 食 材	乳児のみ	
20 月	ワカメ御飯	米 炊き込みわかめ	牛乳 サッポロ ポテト	牛乳 ★きなこ米粉蒸しパン 米の粉 きな粉 砂糖 サラダ油 BP スキムミルク
	アジの照り焼き ほうれん草の和え物 味噌汁	アジ おろし生姜 醤油 料理酒 砂糖 みりん ほうれん草 人参 砂糖 醤油 きざみあげ 切り麩 だし汁 味噌		
21 火	御飯	米	牛乳 ふわっと えび味	牛乳 ★麩のラスク 切り麩 マーガリン グラニュー糖
	豚肉と野菜の炒め物 高野豆腐の中華煮 中華スープ	豚コマ 塩 もやし キャベツ 人参 サラダ油 醤油 料理酒 みりん 高野豆腐 人参 GP 中華スープペースト 醤油 砂糖 みりん サラダ油 玉葱 ワカメ 中華スープペースト 醤油		
22 水	パン	ロールパン	牛乳 ばりんこ	お茶 ★ゴマおやき 米 胡麻油 黒胡麻 白胡麻 塩 醤油
	ミートスパゲティ 小松菜の胡麻和え コンソメスープ	スパゲティ 合ミンチ 玉葱 ケチャップ GP サラダ油 ケチャップ 砂糖 ウスターソース 醤油 小松菜 人参 白胡麻 砂糖 醤油 もやし 人参 コンソメ 醤油		
23 木	御飯	米	牛乳 ふわっと えび味	牛乳 マリー 動物園ゼリー
	八宝菜 シュウマイ 中華スープ	豚コマ 白菜 玉葱 人参 ピーマン ムキエビ サラダ油 片栗粉 料理酒 醤油 中華スープペースト シュウマイ 味ポン 大根 ワカメ 中華スープペースト 醤油		
24 金	御飯	米	牛乳 かっぱ えびせん	牛乳 北海道ミルクパン
	ユーリンチー パンサンスー 中華スープ	鶏肉 おろし生姜 料理酒 醤油 片栗粉 小麦粉 油 白ネギ 砂糖 醤油 酢 胡麻油 春雨 胡瓜 ハム ジェフサ中華ドレッシング 白胡麻 大根 人参 中華スープペースト 醤油		
25 土	味噌ラーメン	中華そば玉 豚コマ 人参 玉葱 コーン ネギ 胡椒 みりん 味噌 中華スープペースト サラダ油		牛乳 動物園ゼリー ばりんこ
	フルーツ	ミカン缶		
27 月	ゆかり御飯	米 ゆかり	牛乳 ふわっと えび味	牛乳 ★ブレーン蒸しパン ホットケーキミックス サラダ油 砂糖 スキムミルク 牛乳
	タラの漬け焼き ブロッコリーのツナ和え 味噌汁	タラ 醤油 みりん ブロッコリー 人参 ツナ缶 砂糖 醤油 きざみあげ 玉葱 だし汁 味噌		
28 火	御飯	米	牛乳 ばりんこ	牛乳 ヨーグルト エースコイン
	筑前煮 キャベツのゴマ和え すまし汁	鶏肉 ササガキ 人参 板コンニャク GP サラダ油 砂糖 醤油 みりん キャベツ 人参 砂糖 醤油 白胡麻 切り麩 大根 だし汁 醤油		
29 水	御飯	米	牛乳 ふわっと えび味	牛乳 ★スイートポテト さつまいも 牛乳 砂糖
	揚げ餃子・ブロッコリー 春雨サラダ 中華スープ	ギョーザ 油 味ポン ブロッコリー 春雨 胡瓜 人参 酢 醤油 砂糖 胡麻油 ワカメ 白菜 中華スープペースト 醤油		
30 木	木の葉丼	米 きざみあげ 赤板 玉葱 えのき ネギ 卵 醤油 みりん 砂糖	牛乳 かっぱ えびせん	牛乳 ★マカロニあべかわ マカロニ きな粉 砂糖 塩
	さつまいもの甘煮 味噌汁	さつまいも だし汁 砂糖 醤油 豆腐 人参 だし汁 味噌		
31 金	御飯	米	牛乳 サッポロ ポテト	牛乳 ★フライドポテト シュースtringポテト 油 塩
	チキンカツ スパゲティサラダ コンソメスープ	チキンカツ 油 ケチャップ スパゲティ MV 塩 エッグケアマヨネーズ 玉葱 人参 コンソメ 醤油		

	エネルギー(kcal)	タンパク質(g)	脂質(g)	カルシウム(mg)	塩分(g)
1,2歳児	539	19.4	19.8	300	1.6
3歳以上児	565	19.7	18.1	235	1.8

※ GP → グリンピース MV → ミックスベジタブル BP → ベーキングパウダー ★手作りおやつ になります。
※ 国産のお米を使用しております。
※ だし汁は、だし昆布、だしかつおを使用しています。
※ エッグケアマヨネーズは卵不使用のマヨネーズです。

※この値は一ヶ月の平均値です。