さんいく保育園　有明(一般)

2026年10月分の献立

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
				1	2	3
昼食				ごはん、チンジャオロース、わかめとコーンのサラダ、中華スープ、梨	ごはん、鮭のチャンチャン焼き、サイコロサラダ、すまし汁（キャベツ・万能ねぎ）、バナナ	三色どんぶり、じゃがいものサラダ、わかめスープ、バナナ
午後				牛乳、フルーツヨーグルト	牛乳、ドーナッツ	牛乳、ココアホットケーキ
	5	6	7	8	9	10
昼食	メキシカンピラフ、ポテトサラダ、レタスのスープ、オレンジ	ごはん、油淋鶏、中華風あえ物、ワンタンスープ、バナナ	ぶどうぱん、ローストチキン、コーンサラダ、ミネストローネ、グレープフルーツ	ごはん、松風焼き、根菜のきんぴら、みそ汁（麸・こまつな）、りんご	きのこ御飯、さばの風味焼き、彩野菜のおかか和え、みそ汁（じゃがいも・ねぎ）、バナナ	焼豚チャーハン、キャベツのサラダ、チンゲン菜のスープ、バナナ
午後	牛乳、ライスコロッケ	牛乳、さつまいもプリン	牛乳、パンプキンパイ	牛乳、ぶどうゼリー、せんべい	牛乳、お麸ラスク	牛乳、おかかおにぎり
	12	13	14	15	16	17
昼食		ハヤシライス、フレンチサラダ、大根のスープ、オレンジ	タンドリーチキンバーガー、ブロッコリーサラダ、オニオンスープ、バナナ	ごはん、肉豆腐、きゅうりとわかめの酢の物、みそ汁（さつまいも・万能ねぎ）、りんご	さつまいもごはん、白身魚の西京焼き、和風サラダ、豆腐のスープ、バナナ	ツナピラフ、ブロッコリーのソテー、ポテトスープ、バナナ
午後		牛乳、きつねごはん	牛乳、ココアケーキ	牛乳、チーズスティック	牛乳、マカロニのきな粉和え	牛乳、わかめおにぎり
	19	20	21	22	23	24
昼食	鶏そぼろ丼、ブロッコリーのおかか和え、みそ汁(豆腐・なめこ)、オレンジ	ごはん、肉じゃが、キャベツのゆかり和え、みそ汁(えのき・にんじん)、バナナ	ごはん、ホイコーロー、マカロニサラダ、わかめのスープ、柿	スパゲティミートソース、ビーンズサラダ、きのこのスープ、梨	さんまの蒲焼丼、もやしの甘酢和え、みそ汁（大根・えのき）、バナナ	けんちんうどん、じゃがいものそぼろあんかけ、バナナ
午後	牛乳、くりごはん	牛乳、うすやき	牛乳、揚げパン	牛乳、夕焼けごはん	牛乳、キャロットケーキ	牛乳、いちごパンケーキ
	26	27	28	29	30	31
昼食	ツナチャーハン、ビーフンサラダ、鶏と青菜のスープ、オレンジ	ごはん、さばのみそ焼き、ほうれん草のごまあえ、すまし汁（キャベツ・万能ねぎ）、バナナ	ロールパン、鶏肉のケチャップ焼き、ごぼうのサラダ、キャベツのスープ、柿	ごはん、豚肉の生姜焼き、青菜の納豆和え、みそ汁（玉ねぎ・油揚げ）、バナナ	キーマカレー、ツナサラダ、かぶのスープ、バナナ	みそ豚丼、ブロッコリーの和風サラダ、すまし汁（じゃがいも・えのき）、バナナ
午後	牛乳、肉味噌おにぎり	牛乳、クラッカーサンド	牛乳、青菜しらすごはん	牛乳、きのこ焼きうどん	牛乳、ハロウィンクッキー	牛乳、ホットケーキ

※都合により献立が変更する場合もあります