

令和 8年 10月

きゅうしょくだより



御原保育所

日 曜	未 満 児 主 食	献立名	3時のおやつ	未満児 朝のおやつ
1/ 木	ごはん	鶏のさっぱり煮 ごま和え みそ汁・ブルーネ	あんぱん 牛乳	ウエハース 牛乳
2/ 金	ごはん	高野豆腐のオランダ煮 切干大根のからうた みそ汁・チーズ	おにぎり お茶	せんべい 牛乳
3/ 土		運動会 おやつのおみやげがあります		丸ポーク 牛乳
5/ 月	ごはん	ハヤシライスルー ツナサラダ りんご	スイートポテト 牛乳	クラッカー 牛乳
6/ 火	ごはん	おでん ドレッシングサラダ ゼリー	大豆スコーン スキムミルク	ビスケット 牛乳
7/ 水	ごはん	煮魚 温野菜サラダ 相性汁・みかん	カレー煮しパン スキムミルク	サラダせんべい 牛乳
8/ 木		米飯給食 わかめご飯 鶏の照り焼き・すまし汁 もずく・チャブチエ・ゼリー	クロウツサン 牛乳	ウエハース 牛乳
9/ 金	ごはん	コロック ゆかり和え コーンスープ・ブルーネ	フルーツゼリー おこし・ミルク	せんべい 牛乳



《10月の目標》

※秋の味覚にふれ、多くの食品に親しみ好き嫌いなくよく噛んで食べる。

※主食の量の確認：以上児のご飯の計量（5月との比較）を実施します。

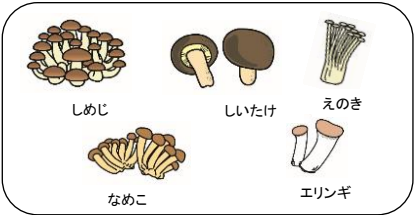
※食事のマナーを身につけよう（食器の配置やはしスプーンの持ち方、食器を持つこと）

※お当番活動で今日の献立を読み上げよう。

※季節の食材：新米・さつま芋・れんこん・きのこ類（しめじ・しいたけ・えのき・エリンギ）



日 曜	未 満 児 主 食	献立名	3時のおやつ	未満児 朝のおやつ
10/ 土		カレーうどん なます りんご	カップケーキ お茶	クッキー 牛乳
13/ 火		春秋の遠足会 お弁当の日 もも組 シチュー・ドレッシングサラダ・ブルーネ	おやつ詰め合わせ りんごジュース	サラダせんべい 牛乳
14/ 水	ごはん	魚の塩こうじ焼き 五色きんぴら みそ汁・りんご	焼き芋 スキムミルク	クラッカー 牛乳
15/ 木	ごはん	ささみのカレーフリッター ひじきのマリネ 大豆スープ・チーズ	ポップコーン スキムミルク	ウエハース 牛乳
16/ 金	ごはん	豚汁 南瓜サラダ みかん	ジャムパン スキムミルク	クッキー 牛乳
17/ 土		ちゃんぽん ココロサラダ りんご	菓子（クラッカー） 牛乳	せんべい 牛乳
19/ 月	ごはん	タンダーリーチキン 春雨サラダ みそ汁・ブルーネ	豆乳もち スキムミルク	サラダせんべい 牛乳
20/ 火	ごはん	肉じゃが 和風サラダ すまし汁・みかん	ココアケーキ スキムミルク	クラッカー 牛乳
21/ 水	ごはん	魚のマーマレード焼き じゃが芋の酢の物 ミネストローネ	おにぎり お茶	クラッカー 牛乳



日 曜	未 満 児 主 食	献立名	3時のおやつ	未満児 朝のおやつ
22/ 木	ごはん	厚揚げの中華煮 煮大豆 すまし汁・みかん	ヨーグルト和え 芋チップ・ミルク	せんべい 牛乳
23/ 金		誕生会 ガバオライス 春雨サラダ わかめスープ・ゼリー	ケーキ 牛乳	ビスケット 牛乳
24/ 土		きのこクリームスパゲティ 大根のはりはり漬け スープ	煮しパン スキムミルク	クッキー 牛乳
26/ 月	ごはん	ポークビーンズ ニンジンサラダ ブルーネ	さつま芋のおやつ 牛乳	サラダせんべい 牛乳
27/ 火	ごはん	ししゃものごま焼き 大豆サラダ かきたま汁・みかん	レーズンパン 牛乳	クラッカー 牛乳
28/ 水	ごはん	ミートボールスープ ポテトサラダ りんご	ピザトースト スキムミルク	ウエハース 牛乳
29/ 木	ごはん	きのこカレー 青菜のさっぱり和え ゼリー	おかからのブラウニ スキムミルク	せんべい 牛乳
30/ 金	ごはん	鶏のグラタン 洋風なます コーンスープ	もちもちパン スキムミルク	ビスケット 牛乳
31/ 土		きつねうどん 白菜のおかか和え ブルーネ	南瓜スコーン お茶	クッキー 牛乳

お知らせ

8日（木）は米飯給食です。
23日（金）は誕生会です。

おはしだけ持ってきてください。

13日（火）はお弁当の日です。お弁当をお願いします。
☆もも組は給食があります。

材料の入荷の都合等で献立が変更になる場合があります。
ご了承ください。