

# 2025年10月 明石市立幼稚園 月間献立表 (一般食)

|     | 月                                                                                     | 火                                                                                 | 水<br>1日                                                                                                                                           | 木<br>2日                                                                  | 金<br>3日                                                                   |
|-----|---------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|
| 昼食  |      |  | ミートボールの甘酢あん<br>ビーフンソテー<br>玉子焼き<br>ひじき煮<br>ほうれん草ソテー<br>ごはん                                                                                         | コロッケ<br>キャベツソテー<br>シューマイ<br>はるさめと白菜のいためもの<br>きゅうりのサラダ<br>ごはん(ふりかけ)       | とりのみそやき<br>小松菜のソテー<br>ちくわの天ぷら<br>金平ごぼう<br>インゲンのおかか和え<br>ごはん               |
| おやつ |                                                                                       |                                                                                   | 雪の宿                                                                                                                                               | ちょぼちょぼ                                                                   | おにぎりせんべい銀シャリ                                                              |
|     | 6日                                                                                    | 7日                                                                                | 8日                                                                                                                                                | 9日                                                                       | 10日                                                                       |
| 昼食  | にくだんごのカレーあげ<br>マカロニケチャップ<br>人参のグラッセ風<br>鶏ムネとキャベツの和風サラダ<br>フルーツ(みかん)<br>ごはん<br>★お月見献立★ | さわらのごまやき<br>スパソテー<br>フライドポテト<br>ポパイサラダ<br>厚揚げの煮物<br>ごはん(ふりかけ)                     | ハンバーグ<br>キャベツケチャップ炒め<br>ウィンナーソテー<br>白菜とツナの煮浸し<br>コーンボール<br>ごはん                                                                                    | のり塩からあげ<br>ビーフンソテー<br>ブロッコリーボイル<br>豆腐の炒り煮<br>インゲンの和え物<br>ごはん(ふりかけ)       | えびフライ<br>スパソテー<br>玉子焼き<br>キャベツのサラダ<br>肉団子<br>パン                           |
| おやつ | 十五夜ゼリー                                                                                | ポテコ                                                                               | 源氏パイ                                                                                                                                              | かっぱえびせん                                                                  | たべっこどうぶつ                                                                  |
|     | 13日                                                                                   | 14日                                                                               | 15日                                                                                                                                               | 16日                                                                      | 17日                                                                       |
| 昼食  |    | ミートボールの中華風<br>ビーフンソテー<br>ブロッコリーボイル<br>ツナ大根<br>ほうれん草のナムル<br>ごはん(ふりかけ)              | とり天<br>焼きそば風スパ<br>玉子焼き<br>豚肉とれんこんの金平<br>インゲンのツナ炒め<br>ごはん                                                                                          | ボークチャップ<br>キャベツソテー<br>コンソメポテト<br>ブロッコリーのマヨサラダ<br>小松菜とあげの煮浸し<br>ごはん(ふりかけ) | やさいコロッケ<br>マカロニケチャップ<br>シューマイ<br>鶏むね肉のごまみそあえ<br>コーンときのこのソテー<br>ごはん        |
| おやつ |                                                                                       | おとっとと                                                                             | おにぎりせんべい                                                                                                                                          | つぶつぶベジタブル                                                                | えびちび                                                                      |
|     | 20日                                                                                   | 21日                                                                               | 22日                                                                                                                                               | 23日                                                                      | 24日                                                                       |
| 昼食  | とりのからあげ<br>スパソテー<br>ほうれん草のおかか和え<br>コーンと大豆のサラダ<br>フルーツ(もも)<br>ごはん                      | とうふハンバーグ<br>のりしおマカロニ<br>小松菜のごま和え<br>ポテトサラダ<br>アメリカンドッグ<br>ごはん(ふりかけ)               | タラのフライ<br>キャベツソテー<br>シューマイ<br>切干大根のはりはりづけ<br>厚揚げの煮物<br>ごはん<br> | てりやきミートボール<br>スパソテー<br>南瓜の天ぷら<br>ブロッコリーとしめじのおかかマヨ<br>人参のナムル<br>ごはん(ふりかけ) | とりのいそべあげ<br>キャベツソテーカレー風味<br>ウィンナーソテー<br>ひじき豆<br>インゲンの炒め物<br>ごはん           |
| おやつ | ちょぼちょぼ                                                                                | ソフトせんべい                                                                           | かっぱえびせん                                                                                                                                           | 源氏パイ                                                                     | 雪の宿                                                                       |
|     | 27日                                                                                   | 28日                                                                               | 29日                                                                                                                                               | 30日                                                                      | 31日                                                                       |
| 昼食  | さわらの和風カレームニエル<br>ビーフンソテー<br>フライドさつまいも<br>小松菜のサラダ<br>フルーツ(りんご)<br>ごはん                  | とりにくのごまあげ<br>スパソテー<br>玉子焼き<br>白菜と厚揚げの煮物<br>大根と人参の炒め物<br>ごはん(ふりかけ)                 | にくだんごのミートソースがらめ<br>キャベツソテー<br>青のりポテト<br>ツナマカロニ<br>人参のグラッセ風<br>ごはん                                                                                 | 豆腐のナゲット<br>マカロニケチャップ<br>ウィンナーソテー<br>チキンサラダ<br>白菜のおかか和え<br>ごはん(ふりかけ)      | きのこハンバーグ<br>キャベツソテー<br>ブロッコリーボイル<br>かぼちゃサラダ<br>がんもの含め煮<br>パン<br>★ハロウィン献立★ |
| おやつ | おにぎりせんべい銀シャリ                                                                          | たべっこどうぶつ                                                                          | ポテコ                                                                                                                                               | あげせん                                                                     | パンプキンパバロア                                                                 |

※食材の入荷により献立を一部変更することがあります。