

2025年

10月

こんだてひょう

※りんごぐみ以上の朝のおやつはありません。

10/1 水	10/2 木	10/3 金	10/4 土	10/6 月	10/7 火	10/8 水	10/9 木	10/10 金	10/11 土	10/14 火	10/15 水	10/16 木
■牛乳 ■バナナ	■牛乳 ■お菓子	■牛乳 ■お菓子	■牛乳 ■お菓子	■牛乳 ■お菓子	■牛乳 ■お菓子	■牛乳 ■バナナ	■牛乳 ■お菓子	■牛乳 ■お菓子	■牛乳 ■お菓子	■牛乳 ■お菓子	■牛乳 ■バナナ	■牛乳 ■お菓子
■ご飯 米 豚肩ロース 玉ねぎ ごぼう インゲン おろし生姜 砂糖 濃口醤油 みりん風調味料 ごま油	■醤油ラーメン ラーメン 豚肩ロース 人参 チンゲン菜 玉ねぎ わかめ コーン みそ 醤油ラーメンスープ ごま油 ■ポテトサラダ じゃがいも きゅうり 人参 エッグケア 酢 塩 ■フルーツ(梨) 梨 ■フルーツ(梨) りんご	■鶏もも皮なし しめじ まいたけ ごぼう 人参 インゲン 砂糖 みりん風調味料 濃口醤油 塩 豆腐 ほうれん草の白和え 豆腐 ほうれん草 人参 竹輪 薄口醤油 砂糖 みそ 和風だしの素 すりごま ■白菜のすまし汁 白菜 えのき みつば 塩 うすくち醤油 和風だしの素 だし昆布 ■フルーツ(りんご) りんご	■麻婆豆腐丼 米 豆腐 豚挽肉 玉ねぎ 人参 砂糖 みそ 薄口醤油 ごま油 片栗粉 ■ハンバーグ 合挽 玉ねぎ 人参 パン粉 牛乳 ケチャップ 中濃ソース ■ほうれん草のソテー ほうれん草 マッシュルーム コーン マーガリン 薄口醤油 塩 ■大根スープ 大根 人参 薄口醤油 コンソメ パセリ ■チンゲン菜の味噌汁 チンゲン菜 しめじ 鶏がらスープ うすくち醤油	■ご飯 米 合挽 玉ねぎ 人参 パン粉 牛乳 ケチャップ 中濃ソース ■ハンバーグ 合挽 玉ねぎ 人参 パン粉 牛乳 ケチャップ 中濃ソース ■ほうれん草のソテー ほうれん草 マッシュルーム コーン マーガリン 薄口醤油 塩 ■大根スープ 大根 人参 薄口醤油 コンソメ パセリ ■チンゲン菜の味噌汁 チンゲン菜 しめじ 鶏がらスープ うすくち醤油	■中華丼 米 たら 濃口醤油 料理酒 おろし生姜 片栗粉 サラダ油 ■小松菜の煮びたし 小松菜 刻み揚げ 砂糖 薄口醤油 みりん風調味料 和風だしの素 ■茄子の味噌汁 茄子 玉ねぎ かいわれ大根 みそ 和風だしの素 ■フルーツ(オレンジ) オレンジ ■フルーツ(りんご) りんご	■ご飯 米 合挽 玉ねぎ マッシュルーム 人参 トマト缶 ケチャップ コンソメ 砂糖 マーガリン キャベツ しらす 人参 コーン すりごま 薄口醤油 酢 砂糖 サラダ油 ■玉ねぎのすまし汁 玉ねぎ えのき 青葱 塩 うすくち醤油 和風だしの素 だし昆布 ■フルーツ(オレンジ) オレンジ	■野菜炒め 米 豚肩ロース キャベツ 玉ねぎ 人参 もやし サラダ油 塩 濃口醤油 鶏がら ■春雨の中華和え 春雨 きゅうり ささみ 薄口醤油 酢 砂糖 ごま油 カリフラワー コーン 薄口醤油 コンソメ パセリ ■フルーツ(オレンジ) オレンジ ■フルーツ(バナナ) バナナ	■ご飯 米 高野豆腐 鶏挽肉 人参 干し椎茸 片栗粉 塩 和風だしの素 薄口醤油 みりん風調味料 砂糖 かぼちゃ きゅうり コーン 砂糖 酢 塩 エッグケア 砂糖 酢・みそ すりごま ■わかめの中華スープ わかめ 玉ねぎ コーン うすくち醤油 鶏がらスープ ■フルーツ(バナナ) バナナ	■ご飯 米 赤魚 料理酒 砂糖 西京味噌 みりん風調味料 塩 ■かぼちゃサラダ かぼちゃ きゅうり コーン 砂糖 酢 塩 エッグケア 砂糖 酢・みそ すりごま ■ほうれん草のすまし汁 ほうれん草 人参 だし昆布 塩 うすくち醤油 和風だしの素 ■フルーツ(オレンジ) オレンジ	■ご飯 米 豚肩ロース キャベツ 玉ねぎ 青葱 サラダ油 おろし生姜 料理酒 濃口醤油 みりん風調味料 かぼちゃ きゅうり コーン 砂糖 酢 塩 エッグケア 砂糖 酢 ほうれん草 人参 だし昆布 塩 うすくち醤油 和風だしの素 ■麩の味噌汁 麩 もやし かいわれ大根 みそ 和風だしの素 ■フルーツ(りんご) りんご	■ケチャップをのせる 米 合挽 玉ねぎ 人参 グリーンピース 塩 ケチャップ ウスターソース 砂糖 れんこん 人参 みつば すりごま 薄口醤油 酢 砂糖 サラダ油 塩 ■小松菜のスープ 小松菜 コーン 薄口醤油 コンソメ ■フルーツ(りんご) りんご	
■牛乳 牛乳 ■お菓子 ソフトサラダせんべい ビスケット ハード	■お茶 麦茶 ■塩昆布おにぎり 米 塩昆布 ごま油	■牛乳 牛乳 ■ちんすこう 小麦粉 砂糖 サラダ油	■牛乳 牛乳 ■お菓子 ソフトサラダせんべい ビスケット ハード	■牛乳 牛乳 ■麩のラスク 麩 マーガリン 砂糖	■牛乳 牛乳 ■ココア煮レパン ココア ホットケーキミックス 砂糖 牛乳 サラダ油	■牛乳 牛乳 ■お菓子 ソフトサラダせんべい ビスケット ハード	■お茶 麦茶 ■おかかおにぎり 米 糸かつお 濃口醤油	■牛乳 牛乳 ■カルピスゼリー カルピス 砂糖 寒天	■牛乳 牛乳 ■お菓子 ソフトサラダせんべい ビスケット ハード	■牛乳 牛乳 ■りんごケーキ 小麦粉 ベーキングパウダー 砂糖 りんご 牛乳 サラダ油	■牛乳 牛乳 ■お菓子 ソフトサラダせんべい ビスケット ハード	■牛乳 牛乳 ■ポップコーン ポップコーン サラダ油 塩 あおさ

調味料、加工品は全て卵不使用のものを使用しております。

2025年



こんだてひょう

※りんごぐみ以上の朝のおやつはありません。

10/17 金	10/18 土	10/20 月	10/21 火	10/22 水	10/23 木	10/24 金	10/25 土	10/27 月	10/28 火	10/29 水	10/30 木	10/31 金
■牛乳 ■お菓子	■牛乳 ■お菓子	■牛乳 ■お菓子	■牛乳 ■お菓子	■牛乳 ■バナナ	■牛乳 ■お菓子	■牛乳 ■お菓子	■牛乳 ■お菓子	■牛乳 ■お菓子	■牛乳 ■お菓子	■牛乳 ■お菓子	■牛乳 ■バナナ	■牛乳 ■お菓子
■きつねうどん うどん 味付け揚げ ほうれん草 干し椎茸 青葱 料理酒 みりん風調味料 和風だしの素 塩 薄口醤油 だし昆布	■ご飯 米 ■ブルコギ炒め 春雨 豚肩ロース 玉ねぎ 人参 チンゲン菜 ごま油 濃口醤油 みりん風調味料 砂糖 すりごま	■ご飯 米 鶏もも皮なし 大根 人参 玉ねぎ インゲン 砂糖 濃口醤油 みりん風調味料	■ご飯 米 ■鮭のフライ 鮭 塩 小麦粉 ベーキングパウダー パン粉 サラダ油 エッグケア	■ご飯 米 ■厚揚げの炒め物 厚揚げ 豚挽肉 チンゲン菜 玉ねぎ 人参 しめじ ごま油 濃口醤油 鶏がら みりん風調味料 片栗粉	■ご飯 米 鶏もも皮なし 玉ねぎ 人参 ピーマン しめじ 濃口醤油 ケチャップ 砂糖 酢 みりん風調味料	■ちゃんぽん ラーメン 豚肩ロース キャベツ 人参 コーン 玉ねぎ キヌサヤ 干し椎茸 ちゃんぽんスープ	■キーマカレー 米 豚挽肉 玉ねぎ コーン ケチャップ 砂糖 濃口醤油 カレー粉 塩 小松菜 竹輪 薄口醤油 砂糖 すりごま	■ロールパン ロールパン ■ポークビーンズ 豚肩ロース 玉ねぎ 大豆 じゃがいも 砂糖 ケチャップ 中濃ソース コンソメ グリーンピース	■ご飯 米 ■カレイの煮付 カレイ 和風だしの素 みりん風調味料 濃口醤油 料理酒 おろし生姜	■さつまいもサラダ さつまいも きゅうり エッグケア 砂糖 酢 豆腐 玉ねぎ 青葱 みそ 和風だしの素	■鶏南蛮うどん うどん 鶏もも皮なし ほうれん草 長ネギ 玉ねぎ 薄口醤油 濃口醤油 みりん風調味料 料理酒 和風だしの素 だし昆布	■カレーライス 米 合挽 じゃがいも 玉ねぎ 人参 カレールー ■白菜サラダ 白菜 人参 ツナ 薄口醤油 酢 砂糖 サラダ油 ■フルーツ(オレンジ) オレンジ
■ジャーマンポテト じゃがいも 玉ねぎ ウインナー サラダ油 塩 コンソメ パセリ	■里芋の煮物 里芋 人参 薄口醤油 みりん風調味料 砂糖	■チンゲン菜のナムル チンゲン菜 えのき 人参 すりごま ごま油 濃口醤油 砂糖	■ブロックリーのおかか煮 ブロックリー 人参 薄口醤油 砂糖 糸かつお ■玉ねぎのスープ 玉ねぎ 人参 薄口醤油 酢 炒りごま ■春雨の中濃スープ 春雨 コーン かいわれ大根 うすくち醤油 鶏がら ■フルーツ(りんご) りんご	■厚揚げの炒め物 厚揚げ 豚挽肉 チンゲン菜 玉ねぎ 人参 しめじ ごま油 濃口醤油 鶏がら みりん風調味料 片栗粉	■鶏もも皮なし 玉ねぎ 人参 ピーマン しめじ 濃口醤油 ケチャップ 砂糖 酢 みりん風調味料 和風だしの素	■フルーツ(バナナ) バナナ	■しめじのスープ しめじ 玉ねぎ コンソメ 薄口醤油 パセリ	■カリフラワーのスープ カリフラワー コーン コンソメ 薄口醤油 パセリ	■豆腐の味噌汁 豆腐 玉ねぎ 青葱 みそ 和風だしの素	■もやしの中濃スープ もやし わかめ コーン うすくち醤油 鶏がら ■フルーツ(オレンジ) オレンジ	■太極とちくわの煮物 大根 竹輪 人参 インゲン 砂糖 みりん風調味料 薄口醤油 和風だしの素 ■フルーツ(バナナ) バナナ	
■お茶 麦茶	■牛乳 牛乳	■牛乳 牛乳	■牛乳 牛乳	■牛乳 牛乳	■牛乳 牛乳	■お茶 麦茶	■牛乳 牛乳	■お茶 麦茶	■牛乳 牛乳	■牛乳 牛乳	■お茶 麦茶	■牛乳 牛乳
■牛しぐれおにぎり 米 合挽 人参 濃口醤油 砂糖 すりごま みりん風調味料	■お菓子 ソフトサラダせんべい ビスケット ハード	■ホットケーキ ホットケーキミックス 牛乳 メープルシロップ	■セサミトースト 食パン マーガリン すりごま 砂糖	■お菓子 ソフトサラダせんべい ビスケット ハード	■大学芋 さつまいも サラダ油 砂糖 みりん風調味料 薄口醤油 炒りごま	■わかめのおにぎり 米 しらす わかめ 薄口醤油 和風だしの素 すりごま ごま油	■お菓子 ソフトサラダせんべい ビスケット ハード 寒天	■塩昆布おにぎり 米 塩昆布 ごま油	■マカロニきな粉 マカロニ 砂糖 きな粉	■お菓子 ソフトサラダせんべい ビスケット ハード	■夕焼けおにぎり 米 料理酒 人参 しらす 薄口醤油 すりごま	■かぼちゃクッキー かぼちゃ 小麦粉 片栗粉 砂糖 マーガリン

調味料、加工品は全て卵不使用のものを使用しております。