



給食献立表

普通食



令和8年10月

ベビーエンゼル八千代中央保育園

日付	献立	おやつ	熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量
10月1日	麦ごはん 豚肉と大根の中華煮 春雨の甘酢和え 味噌汁	さつま芋のケーキ 牛乳 いりこ	米、麦、ごま油、砂糖、 じゃがいも、ホットケー キミックス	豚もも肉、春雨、味噌、 かつお節、バター、牛乳、いりこ	大根、人参、万能ねぎ、 小松菜、とうもろこし、 玉ねぎ、さつま芋	480	16.6	14.7	1.4
10月2日	麦ごはん 豚肉の味噌味噌焼き 野菜炒め 味噌汁	マシュマロサンド 牛乳 いりこ	米、麦、砂糖、白ごま、 コンソメ、マリービス ケット、マシュマロ	鶏もも肉、味噌、ウイン ナーソーセージ、生揚げ、 かつお節、牛乳、いりこ	キャベツ、玉ねぎ、人 参、ピーマン、茄子	368	19.3	11.6	1.3
10月5日	麦ごはん グリーンバーグ 和風サラダ 味噌汁	あん蒸しパン 牛乳 いりこ	米、麦、パン粉、砂糖、 サラダ油、蒸しパンミッ クス、小豆	豚ひき肉、鶏卵、かま ぼこ、油揚げ、味噌、 かつお節、牛乳、いりこ	ピーマン、ほうれん草、 玉ねぎ、キャベツ、人 参、とうもろこし、かぶ こ	385	18.7	13.4	1.2
10月6日	親子丼 じゃが芋のソテー バナナ	りんご寒天 いりこ	米、麦、めんつゆ、じゃ が芋、サラダ油、カレー 粉、砂糖、寒天	鶏もも肉、鶏卵、のり、 いりこ	玉ねぎ、グリーンピー ス、人参、ピーマン、バ ナナ、りんご果汁、もも	370	12.9	7.6	0.6
10月7日	麦ごはん 秋刀魚のチーズ焼き 切り干し大根の煮物 味噌汁	おせんべい 牛乳 いりこ	米、麦、薄力粉、砂糖、 おせんべい	秋刀魚、チーズ、バ ター、切り干し大根、 油揚げ、味噌、かつお 節、牛乳、いりこ	パセリ、人参、しいた け、さやえんどう、キャ ベツ、えのきたけ	440	17.1	15.5	1.3
10月8日	麦ごはん 酢豚 粉心き芋 中華スープ	シュガートースト 牛乳 いりこ	米、麦、サラダ油、砂 糖、片栗粉、じゃが芋、 青海苔、中華だし、ごま 油、食パン	豚もも肉、青海苔、わ かめ、バター、牛乳、 いりこ	ピーマン、人参、玉ね ぎ、しいたけ、パイナッ プル、もやし、しいたけ	462	14.3	15.4	1.3
10月9日	チキンのクリームパスタ 小松菜のしらす和え 梨	昆布おにぎり いりこ	スパゲッティ、コンソ メ、めんつゆ、米	鶏もも肉、バター、牛 乳、生クリーム、しら ず干し、油揚げ、刻み 昆布、いりこ	玉ねぎ、グリーンピー ス、人参、とうもろこ し、小松菜	453	16.7	11.5	0.7
10月13日	麦ごはん 豆腐とツナのハンバーグ フレンチサラダ 味噌汁	シナモンドーナツ いりこ	米、麦、パン粉、砂糖、 片栗粉、サラダ油、ホッ トケーキミックス、シナ モン	豆腐、ツナ、鶏卵、油 揚げ、味噌、かつお 節、いりこ	玉ねぎ、トマト、小松 菜、人参、きゅうり、も やし、南瓜	410	14.1	10.0	1.3
10月14日	麦ごはん 鮭の塩焼き 肉じゃが 味噌汁	もちもちチーズパン 牛乳 いりこ	米、麦、しらたき、サラ ダ油、砂糖、白玉粉	鮭、豚もも肉、味噌、 かつお節、牛乳、チー ーズ、いりこ	じゃが芋、玉ねぎ、人 参、さやいんげん、ほう れん草、しめじ	453	22.5	11.5	1.2
10月15日	味噌ラーメン ささ身と野菜の中華和え バナナ	芋ようかん 牛乳 いりこ	中華麺、サラダ油、ごま 油、ごま、砂糖、さつま いも、寒天	豚ひき肉、味噌、鶏さ さみ、牛乳、いりこ	とうもろこし、人参、も やし、ねぎ、にら、しよ うが、きゅうり、バナ ナ	387	16.6	9.6	1.2
10月16日	麦ごはん ホークチャップ ひじきサラダ 味噌汁	じゃが芋もち 牛乳 いりこ	米、麦、薄力粉、サラダ 油、砂糖、じゃがいも、 片栗粉	ひじき、豚もも肉、か つお節、豆腐、味噌、 バター、青海苔、牛 乳、いりこ	玉ねぎ、しめじ、キャ ベツ、人参、ほうれん草、 チンゲンサイ	423	17.8	11.5	1.3
10月19日	麦ごはん カレービーンズ ポパイサラダ わかめスープ	黒ごまクッキー 牛乳 いりこ	米、麦、大豆、サラダ 油、カレールウ、胡麻、 コンソメ、薄力粉、砂糖	豚ひき肉、ツナ、マヨ ネーズ、わかめ、鶏 卵、バター、牛乳、い りこ	人参、玉ねぎ、ピーマ ン、茄子、ほうれん草、 もやし、ねぎ	483	15.9	17.9	1.3
10月20日	三色ご飯 じゃが芋のきんぴら バナナ	焼きそば いりこ	米、麦、砂糖、サラダ 油、じゃが芋、ごま油、 中華麺	鶏ひき肉、鶏卵、いり こ	しょうが、人参、さやい んげん、バナナ、キャ ベツ	449	16.6	11.8	1.3
10月21日	麦ごはん ぶりの照り焼き 五目豆 味噌汁	きな粉揚げパン 牛乳 いりこ	米、麦、砂糖、大豆、 コッペパン、サラダ油、 きな粉	ぶり、刻み昆布、わか め、味噌、かつお節、 牛乳、いりこ	人参、ごぼう、れんこ ん、しいたけ、大根	531	22.9	19.1	1.7
10月22日	焼きうどん ポテトグラタン りんご	ツナおにぎり いりこ	うどん、サラダ油、じゃ が芋、米	豚もも肉、かつお節、 ベーコン、チーズ、生 クリーム、ツナ、マヨ ネーズ、いりこ	人参、キャベツ、もや し、玉ねぎ、パセリ、り んご	472	15.3	16.0	1.4
10月23日	麦ごはん じゃが芋と生揚げの煮物 春雨のソテー 味噌汁	ごぼうホットケーキ 牛乳 いりこ	米、麦、じゃが芋、サラ ダ油、砂糖、春雨、ごま 油、ホットケーキミッ クス	生揚げ、豚もも肉、切 り干し大根、心、味噌、 かつお節、牛乳、いり こ	人参、たけのこ、しい たけ、さやいんげん、レ タス、とうもろこし、ご ぼう	435	15.6	10.0	1.5
10月26日	麦ごはん 鶏肉の磯辺揚げ イタリアンサラダ 味噌汁	さつま芋のこがね焼き いりこ	米、麦、薄力粉、サラ ダ油、砂糖、薄力粉	鶏もも肉、青海苔、ツ ナ、鶏むね肉、味噌、 かつお節、バター、い りこ	レタス、きゅうり、とう もろこし、パプリカ、里 芋、玉ねぎ、さつま芋	484	16.8	18.6	1.0
10月27日	麦ごはん 焼きコロッケ ほうれん草の胡麻和え 味噌汁	パン粉クッキー いりこ	米、麦、じゃが芋、パン 粉、胡麻、めんつゆ、パ ン粉、薄力粉、ベーキン グパウダー、砂糖	豚ひき肉、バター、 チーズ、味噌、かつお 節、鶏卵、いりこ	人参、玉ねぎ、パセリ、 ほうれん草、大根、えの きたけ	415	12.2	13.4	1.5
10月28日	麦ごはん カジキのオーロラサラダ 野菜の胡麻和え 味噌汁	ココアスコーン 牛乳 いりこ	米、麦、胡麻、砂糖、薄 力粉、ベーキングパウ ダー、ココア	めかじき、マヨネー ズ、生揚げ、味噌、か つお節、バター、牛 乳、いりこ	人参、玉ねぎ、ピーマ ン、キャベツ、きゅう り、白菜	459	18.0	14.8	1.1
10月29日	きのこスパゲティ 小松菜のサラダ りんご	ガレット 牛乳 いりこ	スパゲッティ、じゃが芋	ハム、海苔、ツナ、マ ヨネーズ、鶏卵、チー ーズ、薄力粉、バター、 牛乳、いりこ	玉ねぎ、人参、えのきた け、しいたけ、なめこ、 小松菜、とうもろこし、 りんご、パセリ	439	16.8	15.5	1.2
10月30日	おばけカレー ブロッコリーとひじきの胡麻和え ヨーグルトポンチ	南瓜とチーズの蒸しパン 牛乳 いりこ	米、麦、じゃが芋、カ レールウ、胡麻、砂糖、 蒸しパンミックス	豚ひき肉、ひじき、マ ヨネーズ、ヨーグル ト、チーズ、牛乳、い りこ	人参、玉ねぎ、グリーン ビーンズ、ブロッコリー、 みかん缶、南瓜	455	15.9	17.3	1.8



※この献立は材料の入荷の都合により変更になることがあります。
※（ ）で書かれたメニューは0、1才児クラスのメニューとなります。





給食献立表

離乳食



令和8年10月

ベビーエンゼル八千代中央保育園

日付	献立				食 材
	主食	おかず	汁・果汁等	おやつ	
10月1日	おかゆ	大根のそぼろ煮・春雨の和え物	味噌汁	さつま芋ケーキ	米、鶏ひき肉、大根、人参、ねぎ、小松菜、春雨、とうもろこし、じゃが芋、玉ねぎ、味噌、かつお粉、ホットケーキミックス、さつま芋
10月2日	おかゆ	ささみの胡麻味噌煮・野菜の和え物	味噌汁	赤ちゃんビスケット	米、鶏ささみ、胡麻、味噌、キャベツ、玉ねぎ、人参、ピーマン、生揚げ、茄子、味噌、かつお粉、赤ちゃんビスケット
10月5日	おかゆ	グリーンハンバーグ・キャベツサラダ	味噌汁	あん蒸しパン	米、鶏ひき肉、ピーマン、玉ねぎ、パン粉、ケチャップ、キャベツ、人参、とうもろこし、かぶ、油揚げ、味噌、かつお粉、蒸しパンミックス
10月6日	そぼろ粥	じゃが芋ソテー	バナナ	りんご寒天	米、鶏ひき肉、玉ねぎ、グリーンピース、海苔、じゃが芋、玉ねぎ、人参、ピーマン、バナナ、りんご果汁、寒天、もも
10月7日	おかゆ	カジキのチーズ焼き・切り干し大根の煮物	味噌汁	赤ちゃんせんべい	米、めかじき、チーズ、パセリ、切り干し大根、油揚げ、人参、しいたけ、さやえんどう、キャベツ、えのきたけ、味噌、かつお粉、赤ちゃんせんべい
10月8日	おかゆ	ささみと野菜のトマト煮・粉ふき芋	中華スープ	パン	米、鶏ささみ、ピーマン、人参、玉ねぎ、しいたけ、ケチャップ、じゃが芋、青海苔、もやし、しいたけ、わかめ、食パン
10月9日	スープパゲッティ	小松菜のしらす和え	梨	赤ちゃんビスケット	スパゲッティ、鶏ひき肉、玉ねぎ、人参、とうもろこし、グリーンパーク、小松菜、しらす、油揚げ、梨、赤ちゃんビスケット
10月13日	おかゆ	豆腐とツナのハンバーグ・フレンチサラダ	味噌汁	ホットケーキ	米、豆腐、ツナ、玉ねぎ、パン粉、片栗粉、トマト、小松菜、もやし、人参、きゅうり、南瓜、油揚げ、味噌、かつお粉、ホットケーキミックス
10月14日	おかゆ	焼き鮭・肉じゃが	味噌汁	赤ちゃんせんべい	米、鮭、鶏ひき肉、じゃが芋、人参、さやいんげん、ほうれん草、しめじ、味噌、かつお粉、赤ちゃんせんべい
10月15日	味噌ラーメン	ささみと野菜の和え物・粉ふき芋	バナナ	芋ようかん	中華麺、鶏ひき肉、とうもろこし、人参、もやし、ねぎ、にら、味噌、鶏ささみ、人参、きゅうり、胡麻、バナナ、さつま芋、寒天
10月16日	おかゆ	チキンチャップ・ひじきサラダ	味噌汁	粉ふき芋	米、鶏ささみ、玉ねぎ、しめじ、ケチャップ、ひじき、キャベツ、人参、ほうれん草、かつお節、豆腐、チンゲン菜、味噌、かつお粉、じゃが芋、青海苔
10月19日	おかゆ	チキンピーンズ・ポパイサラダ	わかめスープ	ホットケーキ	米、鶏ひき肉、大豆、玉ねぎ、ピーマン、茄子、ケチャップ、ほうれん草、人参、もやし、ツナ、わかめ、ねぎ、胡麻、ホットケーキミックス
10月20日	そぼろ粥	じゃが芋の煮物	バナナ	赤ちゃんビスケット	米、鶏ひき肉、人参、じゃが芋、さやいんげん、バナナ、赤ちゃんビスケット
10月21日	おかゆ	カレイの煮付け・五目豆	味噌汁	パン	米、カレイ、大豆、人参、ごぼう、れんこん、しいたけ、昆布、大根、わかめ、味噌、かつお粉、コッパパン
10月22日	煮込みうどん	ポテトサラダ	りんご	赤ちゃんせんべい	うどん、鶏ささみ、人参、キャベツ、もやし、かつお節、じゃが芋、玉ねぎ、チーズ、パセリ、りんご、赤ちゃんせんべい
10月23日	おかゆ	じゃが芋と生揚げの煮物・春雨の和え物	味噌汁	ごぼうホットケーキ	米、生揚げ、じゃが芋、人参、さやいんげん、しいたけ、春雨、レタス、とうもろこし、切り干し大根、ふ、味噌、かつお粉、ホットケーキミックス、ごぼう
10月26日	おかゆ	ささみの磯辺揚げ・イタリアンサラダ	味噌汁	蒸かし芋	米、鶏ささみ、青海苔、ツナ、レタス、きゅうり、とうもろこし、パプリカ、里芋、鶏むね肉、玉ねぎ、味噌、かつお粉、さつま芋
10月27日	おかゆ	焼きコロッケ・ほうれん草の胡麻和え	味噌汁	赤ちゃんビスケット	米、じゃが芋、鶏ひき肉、人参、玉ねぎ、チーズ、パン粉、パセリ、ほうれん草、胡麻、大根、えのきたけ、味噌、かつお粉、赤ちゃんビスケット
10月28日	おかゆ	カジキと野菜のトマト煮・野菜の胡麻和え	味噌汁	ホットケーキ	米、めかじき、人参、玉ねぎ、ピーマン、ケチャップ、キャベツ、きゅうり、人参、胡麻、生揚げ、白菜、味噌、かつお粉、ホットケーキミックス
10月29日	きのこスパゲッティ	小松菜サラダ	りんご	粉ふき芋	スパゲッティ、玉ねぎ、人参、えのきたけ、しいたけ、なめこ、海苔、鶏ひき肉、小松菜、とうもろこし、ツナ、りんご、じゃが芋、パセリ
10月30日	野菜粥	ブロッコリーとひじきの胡麻和え	ヨーグルトボンチ	南瓜チーズ蒸しパン	米、鶏ひき肉、じゃが芋、人参、玉ねぎ、グリーンピース、ブロッコリー、ひじき、胡麻、ヨーグルト、みかん、蒸しパンミックス、南瓜、チーズ

給食をはじめて取り入れる保護者の方へ。
エンゼルでは、「食」を家庭ベースに考え、3回食が始まる頃より保育園でも「食」を離乳食として取り入れて行きます。初めて、園の食事をとり始める方は、必ず献立メニューを見て「食べたことが無い食材は無いかどうか？」を確認してください。又、献立は前月末に保護者の方の手元に届きますので、初めての食材については事前にご家庭でも挑戦してみようをお願い致します。食べたことが無い食材や、アレルギーの恐れのある食材等、又、家庭での離乳食の進め方等気軽に担任へご相談ください。

