



メニュー表



2026年10月

象山幼稚園

日付	献立名	食材(材料)名			エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの				
1日 (木)	ご飯 回鍋肉 野菜の信田和え 春雨スープ	精白米 三温糖 片栗粉 めんつゆ はるさめ	豚肉 味噌 油揚げ	にんじん キャベツ もやし きゅうり ねぎ	408	14.0	11.5	0.8
2日 (金)	ご飯 チキンカツ マカロニソテー キャベツとほうれん草のサラダ	精白米 パン粉 油 マカロニ めんつゆ	鶏肉 青のり	キャベツ にんじん ほうれん草	411	12.5	10.7	0.5
5日 (月)	ピラフ 牛肉入りコロッケ 野菜とツナのサラダ わかめスープ	精白米 カレーウ 油 きび砂糖 じゃがいも パン粉 めんつゆ	鶏肉 牛肉 ツナ わかめ	たまねぎ にんじん ホールコーン いんげん トマトケチャップ キャベツ ブロッコリー	370	9.8	7.3	1.3
6日 (火)	ご飯 鶏肉の味噌焼き 人参しりしり キャベツのサラダ	精白米 三温糖 ごま油 きび砂糖 油 酢	鶏肉 味噌 卵	にんじん キャベツ きゅうり	389	16.0	10.4	0.8
7日 (水)	ご飯 赤魚の塩焼き 野菜と鶏レバーの炒め物 春雨の和え物	精白米 油 きび砂糖 片栗粉 はるさめ 酢	赤魚 鶏肉	にんじん もやし ニラ ホールコーン	327	13.4	3.3	0.8
9日 (金)	大豆ミートのスパゲティ コールスローサラダ ピーチゼリー	スパゲティ 油 きび砂糖 片栗粉 マヨネーズ 酢 アミノ油 ピーチゼリー	大豆ミート 鶏肉 牛肉	たまねぎ にんじん トマト トマトケチャップ キャベツ きゅうり	339	11.6	8.2	1.6
13日 (火)	ご飯 ハンバーグ(照焼きソース) コーンクリームソテー キャロットサラダ	精白米 片栗粉 ごまドレッシング きび砂糖	鶏肉 豚肉 スキムミルク ツナ	たまねぎ ホールコーン ほうれん草 にんじん いんげん	378	12.6	8.5	0.5
14日 (水)	ご飯 鶏肉の唐揚げ カレービーンズ チーズ入りサラダ	精白米 片栗粉 油 カレーウ マヨネーズ きび砂糖 酢	鶏肉 大豆 豚肉 鶏肉 チーズ	しょうが にんにく たまねぎ にんじん グリーンピース キャベツ ブロッコリー	486	18.6	18.0	0.5
15日 (木)	ご飯 豚肉のバーベキューソース炒め マカロニサラダ バナナ	精白米 三温糖 きび砂糖 マカロニ マヨネーズ	豚肉	たまねぎ トマトケチャップ キャベツ にんじん きゅうり バナナ	457	13.9	12.8	0.5
19日 (月)	麻婆飯 焼きかぼちゃ 野菜のおかか和え	精白米 三温糖 片栗粉 ごま油 油 きび砂糖 めんつゆ	豆腐 豚肉 味噌 かつお節	たまねぎ しょうが にんにく かぼちゃ キャベツ ほうれん草	422	13.4	8.0	1.4



メニュー表



2026年10月

象山幼稚園

日付	献立名	食材(材料)名			エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	(kcal)	(g)	(g)	(g)
20日 (火)	ご飯 メンチカツ ケチャップパスタ 野菜のごま風味サラダ	精白米 パン粉 油 スパゲッティ きび砂糖 めんつゆ ごま	鶏肉 豚肉	たまねぎ トマトケチャップ キャベツ ブロッコリー	426	11.6	11.7	0.8
21日 (水)	豆腐やまカレー もやしのサラダ オレンジゼリー	精白米 じゃがいも カレーウ きび砂糖 油 酢 オレンジゼリー	豚肉	たまねぎ にんじん もやし きゅうり	473	10.6	12.5	1.4
		豆腐やまカレー♪						
22日 (木)	ご飯 鶏(けい)ちゃん焼き ポテトサラダ スープ(もやし・えのき)	精白米 片栗粉 じゃがいも マヨネーズ ごま油	鶏肉 味噌 ロースハム	にんじん キャベツ しょうが にんにく きゅうり もやし えのきたけ	408	14.7	10.2	1.0
	岐阜県の郷土料理「鶏(けい)ちゃん焼き」 							
23日 (金)	ご飯 白身魚フライ 金平にんじん 二色サラダ	精白米 パン粉 油 三温糖 ごま ごま油 めんつゆ	たら 油揚げ	にんじん だいこん ブロッコリー ホールコーン	384	12.2	8.7	0.6
27日 (火)	ご飯 豆腐ハンバーグ(ケチャップソース) マカロニソテー ミネラルサラダ 豆腐やま味噌汁(玉ねぎ・じゃが芋)	精白米 きび砂糖 片栗粉 マカロニ 油 酢 じゃがいも	鶏肉 豆腐 青のり わかめ 味噌	たまねぎ トマトケチャップ キャベツ にんじん	358	12.1	4.5	1.2
28日 (水)	中華飯 焼きおさつ マスカットゼリー	精白米 三温糖 油 片栗粉 ごま油 さつまいも きび砂糖 マスカットゼリー	豚肉 	トマトケチャップ たまねぎ にんじん はくさい	431	9.2	7.1	1.3
29日 (木)	ご飯 ほっけの白味噌焼き 和風スパゲティ キャベツのごま風味サラダ	精白米 油 スパゲッティ めんつゆ ごま	ほっけ 味噌 ベーコン	にんじん ほうれん草 キャベツ きゅうり	338	13.3	4.8	0.6
30日 (金)	ご飯 照り焼きチキン パンプキングラタン 彩りサラダ	精白米 きび砂糖 片栗粉 マカロニ シチュールウ めんつゆ	鶏肉 豚肉 チーズ	かぼちゃ たまねぎ キャベツ にんじん ブロッコリー	431	16.8	10.9	0.7
		ハロウィンメニュー★ 						
平均					402	13.1	9.3	0.9

※仕入の状況により、食材が変更になる場合がございます。



メニュー表



2026年10月

象山幼稚園

日付	献立名	食材(材料)名			エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	(kcal)	(g)	(g)	(g)

※ ぞうやまカレー:10月21日(水)はぞうやまカレー作りの日です。年中・年長児は野菜の皮むき等のお手伝いをしますので、エプロン・三角巾を持たせてください。

※お弁当の日:10月8日(木)、16日(金)、26日(月)は全員お弁当持参になります。お弁当の準備をお願いします。

※持ち物 給食の日:箸・スプーン・フォークなど、コップ、ナフキンを巾着袋に入れて下さい。
お弁当の日:お弁当、箸・スプーン・フォークなど、ナフキンを巾着袋に入れて下さい。
家で箸を使っていない場合、持たせないでください。