

令和 7年 10月



献 立 予 定 表



双葉保育園

日	曜	未 満 児		共 通		未 満 児	共 通
		10時おやつ	主 食	献 立 名		追 加 食	3時おやつ
1	水	牛乳	白ごはん	豆乳ポトフ 大根サラダ キウイフルーツ		野菜のかき揚げ	お茶 こめボンバー
2	木	温野菜	白ごはん	ひき肉蒸し 小松菜の和え物 かき玉汁 ぶどう		豆腐の照り焼き	牛乳 ☆ココア蒸しパン
3	金	バナナ	かしわごはん	竹輪の磯辺揚げ もやしのサラダ きのこの味噌汁 オレンジ		スクランブルエッグ	スキムミルク ビスコ
4	土	運 動 会		パン ジュース			
5	日						
6	月	バナナ	白ごはん	野菜と卵の炒め物 りんごサラダ わかめの清汁 オレンジ		粉ふき芋	お茶 ☆お月見団子
7	火	牛乳	のりたま ごはん	チキンカツ 白和え 麩の味噌汁 りんご		オクラののり和え	スキムミルク ハーベスト
8	水	牛乳	白ごはん	和風カレーうどん ツナとひじきのマヨネーズ和え バナナ		黄金揚げ	お茶 せんべい
9	木	温野菜	白ごはん	鰯の照り焼き 変わりごま和え しめじとレタスのスープ オレンジ		卵焼き	牛乳 ☆きな粉ホットケーキ
10	金	バナナ	のりごはん	豆腐の蒸し焼き 春雨サラダ 大根の味噌汁 みかん		じゃが芋のほくほく煮	スキムミルク クラッカー
11	土	牛乳	白ごはん	ミートソーススパゲティ 中華胡瓜 わかめスープ バナナ		赤魚の塩焼き	
12	日						
13	月	ス ポ ー ツ の 日					
14	火	牛乳	白ごはん	豚肉の生姜焼き ごぼうサラダ オクラの清汁 オレンジ		里芋のきなこかけ	お茶 ☆ぶどうゼリー
15	水	牛乳	人参ごはん	ポークビーンズ グリーンサラダ バナナ		えびの天ぷら	スキムミルク クッキー 誕生ケーキ (以上児)
16	木	温野菜	白ごはん	あじフライ 千切りキャベツ トマト 豚汁 ぶどう		大根のお焼き	スキムミルク ☆バナナケーキ
17	金	バナナ	白ごはん	高野豆腐のラザニア 青菜の土佐和え 人参とえのきのスープ りんご		フライドポテト	お茶 サッポロポテト
18	土	牛乳	白ごはん	スープスパゲティ 油揚げと野菜のごま和え バナナ		南瓜バター	
19	日						
20	月	バナナ	とうもろこし ごはん	牛肉の卵とじ キャベツの昆布和え もやしの味噌汁 みかん		里芋の甘煮	スキムミルク ミレービスケット
21	火	牛乳	白ごはん	鮭の照り焼き 鶏肉の葱塩焼き マカロニサラダ ミニトマト チーズキャンディ キャベツの清汁 オレンジ バナナ		チーズキャンディ	牛乳 ☆きなこ蒸しパン
22	水	牛乳	白ごはん	中華風クリームスープ 中華サラダ りんご		まさご揚げ	スキムミルク たべっこどうぶつ
23	木	温野菜	白ごはん	炒り豆腐 わかめの和え物 カラフルスープ キウイフルーツ		キッシュ	お茶 ☆大学芋
24	金	バナナ	鮭ごはん	タンドリーチキン スパゲティサラダ オクラの味噌汁 ぶどう		すり身蒸し	スキムミルク ドーナツ
25	土	牛乳	白ごはん	塩焼きそば じゃが芋サラダ 椎茸ともやしのスープ バナナ		納豆春巻き	
26	日						
27	月	バナナ	白ごはん	レバーの竜田揚げ キャベツとベーコンのドレッシング和え 豆腐の味噌汁 みかん		ミニオムレツ	スキムミルク ベジたべる
28	火	牛乳	ごまごはん	鮭のみそ煮 ヨーグルトサラダ ほうれん草えのきのスープ りんご		ジャーマンポテト	牛乳 ☆ポケットサンド
29	水	牛乳	白ごはん	洋風けんちん汁 胡瓜と竹輪のごま和え キウイフルーツ		赤魚のフライ	スキムミルク 雪の宿
30	木	温野菜	白ごはん	八宝菜 納豆和え 麩の清汁 バナナ		コーンソテー	スキムミルク ビスケット
31	金	バナナ	白ごはん	凍り豆腐のふわふわ煮 ひじきサラダ マカロニのスープ オレンジ		ウインナー	お茶 ☆スイートポテト

※ バイキング ※ 誕生会

※☆手作りおやつ
※6日 青組：クッキング (お月見団子作り)【今月の栄養平均】
未満児：440kcal (主食含む) 以上児：390kcal

十五夜について！

日本では、お団子やお餅、ススキや里芋などをお供えて、お月様を眺めることを「お月見」といいます。

ちなみに「お供え」というのは、神様に捧げること。「神様もどうぞお食べになってくださいね」というような意味です。

もともとのお月見は、「中国」という国がしていて、8月15日は里芋がたくさん取れる時期だったそう。

たくさんのおいしい食べものが食べられることへの「ありがとう」の気持ちと、これからもおいしい食べ物が食べられますように...という「願い」を込めてお供えするお月見が、日本にも伝えられました。

太陽暦に基づき決まるため、中秋の名月の日は毎年日付が変わります。今年は10月6日月曜日です。

