

令和８年　10月　給食献立表

株式会社りぼん

日	曜	AMおやつ	昼食	PMおやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
1	木	牛乳 (延長) お茶 サブレ	ご飯 豆腐の五目煮 大根サラダ わかめの味噌汁	牛乳 ジャムサンド	牛乳・豆腐・ぶた肉・まぐろ水煮缶詰・油揚げ・麦みそ	米・油・砂糖・片栗粉・マヨドレ・食パン・有塩マーガリン	たまねぎ・にんじん・生しいたけ・さやいんげん・だいこん・きゅうり・カットわかめ・ブルーベリージャム
2	金	牛乳 (延長) お茶 ビスケット	ミートソーススパゲティ ブロッコリーと人参のサラダ コンソメスープ	お茶 きなこおにぎり	牛乳・牛ひき肉・ぶたひき肉・ウインナーソーセージ・青大豆きな粉	マカロニ・スパゲティ・油・砂糖・米	たまねぎ・にんじん・ゆでグリンピース・ホールトマト・トマトケチャップ・ゆでブロッコリー・にんじん・きゅうり・コーン・だいこん・ほうれんそう
3	土	牛乳 (延長) お茶 クッキー	牛丼 三色ナムル 白菜のすまし汁	牛乳 ウエハース	牛乳・牛ばら	米・砂糖・ごま油・いりごま・鉄+コラーゲンウエハース(ココア	たまねぎ・もやし・ほうれんそう・コーン・はくさい・しめじ・にんじん
5	月	牛乳 (延長) お茶 せんべい	ご飯 豚肉のマーマレード炒め 小松菜とひじきのサラダ じゃが芋スープ	お茶 フルーツポンチ	牛乳・ぶたもも(皮脂無)・ちくわ	米・油・マヨドレ・じゃがいも・砂糖	たまねぎ・しめじ・青ピーマン・マーマレードジャム・乾ひじき・こまつな・コーン・にんじん・みかん缶詰・パインアップル缶詰・バナナ
6	火	牛乳 (延長) お茶 クラッカー	ロールパン ガーリックチキン アスパラマリネサラダ 豆乳スープ	お茶 わかめおにぎり＆いりこ	牛乳・若鶏もも・しらす干し・ベーコン・豆乳	ロールパン・砂糖・油・米	アスパラガス・きゅうり・にんじん・ほうれんそう・たまねぎ・ゆでかぼちゃ・炊き込みわかめ
7	水	牛乳 (延長) お茶 サブレ	ゆかりごはん 鮭の塩こうじ焼き にんじんサラダ なすの味噌汁	牛乳 コーンフレークスナック	牛乳・さけ・まぐろ水煮缶詰・麦みそ	米・塩こうじ・砂糖・油・コーンフレーク・マシュマロ・無塩バター	にんじん・きゅうり・キャベツ・なす・チンゲンサイ・たまねぎ
8	木	牛乳 (延長) お茶 バイ菓子	ご飯 すきやき風煮 もやしのナムル なめこの味噌汁	お茶 クリーミーフルーチェ	牛乳・ぶた肉・焼き豆腐・麦みそ・生クリーム	米・しらたき・油・砂糖・ごま油・いりごま・フルーチェ	はくさい・長ねぎ・生しいたけ・もやし・にんじん・なめこ・たまねぎ・カットわかめ
9	金	牛乳 (延長) お茶 クラッカー	ご飯 あじの梅味噌焼き ブロッコリーの胡麻和え 豚汁	牛乳 きな粉バナナ	牛乳・あじ・麦みそ・かつお節・ぶたもも(皮脂無)・きな粉	米・砂糖・ごま	梅干し・ゆでブロッコリー・にんじん・ごぼう・だいこん・長ねぎ・バナナ
10	土	牛乳 (延長) お茶 クッキー	チャーハン ほうれん草のごま和え 中華風スープ	牛乳 せんべい	牛乳・ぶたばら・若鶏もも	米・ごま油・いりごま・砂糖・おにぎりせんべい	たまねぎ・にんじん・グリンピース・ほうれんそう・にんじん・りょくとうもやし・青ピーマン
13	火	牛乳 (延長) お茶 せんべい	栗ご飯 鶏の照り焼き 切干大根としらすのサラダ かぼちゃのすまし汁	牛乳 餃子の皮ピザ	牛乳・若鶏もも・しらす干し・ウインナーソーセージ・チーズ	米・くり・くろごま・砂糖・ぎょうざの皮	しょうが・切干しだいこん・きゅうり・にんじん・くりかぼちゃ・カットわかめ・たまねぎ・トマトケチャップ・コーン
14	水	牛乳 (延長) お茶 サブレ	ご飯 カレイのオーロラソース焼き 豆腐サラダ 春雨スープ	お茶 お好み焼き	牛乳・まがれい・豆腐・ぶた肉・まぐろ水煮缶詰・チーズ	米・薄力粉・油・マヨドレ・砂糖・ごま油・いりごま・はるさめ	トマトケチャップ・きゅうり・もやし・チンゲンサイ・たまねぎ・キャベツ
15	木	牛乳 (延長) お茶 バイ菓子	ご飯 豚肉のカレー炒め 白菜の塩昆布和え さつま芋の味噌汁	牛乳 りんごケーキ	牛乳・ぶたロース・麦みそ・豆乳	米・油・さつまいも・ホットケーキミックス・有塩バター	たまねぎ・青ピーマン・はくさい・きゅうり・にんじん・塩昆布・カットわかめ・りんごジャム
16	金	牛乳 (延長) お茶 ビスケット	ロールパン クリームシチュー ブロッコリーサラダ バナナ	お茶 とりそぼろおにぎり	牛乳・若鶏もも皮なし・ツナ缶・鶏ひき肉	ロールパン・じゃがいも・油・砂糖・米	くりかぼちゃ・たまねぎ・にんじん・グリンピース・ゆでブロッコリー・きゅうり・バナナ・あおのり

区分	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂　肪(g)	カルシウム(mg)	鉄(mg)	ビタミンA(ﾚﾁﾉｰﾙ当量:RE)(μg)	ビタミンB1(mg)	ビタミンB2(mg)	ビタミンC(mg)	食物繊維(g)	食塩相当量(g)
1.2歳	466	18	18	266	2.1	179	0.26	0.34	18	3.1	1.4
3歳以上	517	21	18	213	2	196	0.31	0.35	22	3.9	1.7



令和８年　　10月　給食献立表　　株式会社りぼん

日	曜	AMおやつ	昼食	PMおやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
17	土	牛乳 (延長) お茶 クッキー	五目うどん かぼちゃのサラダ みかん缶	牛乳 ビスケット	牛乳・ぶた肉・油揚げ	ゆでうどん・マヨドレ・チョイスビスケット	はくさい・こねぎ・にんじん・くりかぼちゃ・きゅうり・みかん缶詰
19	月	牛乳 (延長) お茶 ビスケット	ご飯 さばの塩焼き キャベツさっぱりサラダ 根菜のすまし汁 桃缶	牛乳 野菜ジュース蒸パン	牛乳・さば・ロースハム	米・砂糖・油・さといも・ホットケーキミックス	キャベツ・にんじん・だいこん・くりかぼちゃ・黄桃缶・野菜ジュース
20	火	牛乳 (延長) お茶 せんべい	ボルガライス 野菜スープ フルーツゼリー ★食育献立　福井県ソウルフード	お茶 でっちようかん	牛乳・ぶたロース・ベーコン・こしあん	米・油・薄力粉・パン粉・ゼリー・砂糖	たまねぎ・ミックスベジタブル・トマトケチャップ・キャベツ・だいこん・にんじん・粉寒天
21	水	牛乳 (延長) お茶 サブレ	ご飯 鮭のポテト焼き 大豆とブロッコリーのサラダ トマトスープ ジョア ★誕生会メニュー	お茶 みかんクレープ	牛乳・さけ・大豆・大豆水煮缶詰・ロースベーコン・乳酸菌飲料	米・じゃがいも・マヨドレ・油・砂糖・ホイップクリーム	ゆでブロッコリー・にんじん・キャベツ・たまねぎ・トマトピューレ・みかん缶詰
22	木	牛乳 (延長) お茶 パイ菓子	塩焼きそば さつまいもサラダ 中華風豆腐スープ	お茶 炊き込みおにぎり	牛乳・ぶたロース・まぐろ水煮缶詰・絹ごし豆腐・鶏ひき肉	中華めん・ごま油・さつまいも・マヨドレ・米	キャベツ・にんじん・もやし・長ねぎ・青のり・きゅうり・にら・ごぼう
23	金	牛乳 (延長) お茶 ビスケット	ご飯 鶏五目煮 小松菜のおひたし もずくのすまし汁	牛乳 フレンチトースト	牛乳・若鶏もも・生揚げ・鶏卵	米・砂糖・花麩・食パン	くりかぼちゃ・さやいんげん・乾しいたけ・こまつな・にんじん・コーン・もずく・えのきたけ
24	土	牛乳 (延長) お茶 クッキー	ハヤシライス 切干大根のサラダ カップヨーグルト	牛乳 パイ菓子	牛乳・ぶた肉・ヨーグルト	米・油・砂糖・ゲンシパイ	たまねぎ・にんじん・マッシュルーム水煮缶・切干しだいこん・きゅうり・にんじん・コーン
26	月	牛乳 (延長) お茶 せんべい	ご飯 鶏肉の香り焼き 春雨サラダ ベーコンスープ	お茶 プリン	牛乳・焼き若鶏もも・かにかまぼこ・ベーコン	米・はるさめ・砂糖・ごま油・プリン	きゅうり・にんじん・はくさい・たまねぎ
27	火	ピーチジュース (延長) お茶 クラッカー	あぶたま丼 キャベツと竹輪のサラダ 豆腐の味噌汁	牛乳 麩のラスク	鶏卵・鶏ひき肉・油揚げ・ちくわ・絹ごし豆腐・麦みそ・牛乳	米・砂糖・釜焼きふ・無塩バター・グラニュー糖	ももネクター・たまねぎ・生しいたけ・キャベツ・アスパラガス・ほうれんそう
28	水	牛乳 (延長) お茶 サブレ	ゆかりおにぎり ハンバーグ ポテトサラダ コーンスープ みかんゼリー ★アニバーサリーメニュー	牛乳 ケーキ	牛乳・牛ひき肉・ぶたひき肉・鶏卵・ロースハム・豆乳	米・パン粉・油・じゃがいも・マヨドレ・ゼリー・ショートケーキ	たまねぎ・トマトケチャップ・にんじん・きゅうり・コーン缶詰クリーム
29	木	牛乳 (延長) お茶 サブレ	ご飯 さばの味噌焼き 中華風サラダ えのきのすまし汁	牛乳 ソーセージ蒸しパン	牛乳・さば・麦みそ・豆乳・ウインナーソーセージ	米・砂糖・ごま油・ホットケーキミックス・油	きゅうり・にんじん・もやし・だいこん・えのきたけ・カットわかめ・コーン
30	金	ぶどうジュース (延長) お茶 ビスケット	ハロウィンキーマカレー みかんサラダ チンゲン菜のスープ	牛乳 ハロウィンクッキー	牛ひき肉・ぶたひき肉・牛乳	米・油・薄力粉・無塩バター・砂糖	ぶどうジュース・たまねぎ・にんじん・青ピーマン・グリンピース・トマトケチャップ・キャベツ・きゅうり・みかん缶詰・チンゲンサイ・えのきたけ
31	土	牛乳 (延長) お茶 クッキー	厚揚げ丼 ゴマダレサラダ あおさスープ	牛乳 せんべい	牛乳・生揚げ・ぶたひき肉・ちくわ	米・油・砂糖・片栗粉・ミニサラダせんべい	にんじん・ゆでさやいんげん・ゆでブロッコリー・きゅうり・あおさ・えのきたけ・たまねぎ