

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 サッレ	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・ウィンナーソーセージ・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・ゆでグリーンピース・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 フルーツボンチ	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 クッキー	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 サッレ	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 コーンフレックスナック	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 ハイ菓子	ご飯 すきやき風煮 もやしのナムル なめこの味噌汁	お茶 クレーミーフルーチェ	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 クッキー	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・グリーンピース・ほうれんそう・にんじん・りよくとうもろやし・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・ウィンナーソーセージ・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 サッレ	ご飯 カレー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 ハイ菓子	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・グリーンピース・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B 1 (mg)	ビタミンB 2 (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・チョコ 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	お茶 でっちゃんかん	牛乳・ぶたロース・ペ 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	★食育献立 福井県ソウルフード 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・ロースペー 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 さつま芋サラダ 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 芋・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・花麴・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 クッキー	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nectar・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・えのきだけ・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・グリーン 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・えのきだけ
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・えのきだけ・たまねぎ