



10月行事予定 献立



2026年(令和8年)10月1日
社会福祉法人 虹福祉会
瀬戸こども園
松井・桑田
土橋・廣川・小林

幼児クラスの8月～11月の目標

マナーを意識して食事するとともに
日々の給食やクッキングを通して食への関心を高めていく

2026 年 10 月

日	曜	行事予定	給食献立			主な食材			おやつ		
			主菜	副菜	果物	からだを 作るもの(赤)	からだの調子を整えるもの(緑)	熱や力の エネルギーに なるもの(黄)	午前	午後	
1	木		鶏肉の タルタルソースかけ	チンゲン菜のナムル	粉ふき芋	りんご	鶏肉 卵	きゅうり・玉ねぎ・人参・チンゲン菜・もやし わかめ・りんご	米・じゃが芋 マヨネーズ	牛乳 なんきんボール	ミルク メーブルクッキー
2	金	ひまわりっこ	魚の五目あんかけ	キャベツの即席漬	かぼちゃのオイル焼き	オレンジ	すけそうだら かつお節	人参・玉ねぎ・もやし・干しいたけ・葉ねぎ キャベツ・かぼちゃ・オレンジ	米	牛乳 ちんすこう	ミルク シュガートースト・えいようかん
3	土	園庭開放 10:00～11:00	豚肉のいなか煮	きゅうりの マヨネーズかけ	もやしソテー	バナナ	豚肉 卵	こんにゃく・人参・玉ねぎ・いんげん・干しいたけ きゅうり・もやし・ピーマン・バナナ	米・じゃが芋 マヨネーズ	牛乳 乳酸菌寒天	牛乳 ジャムケーキ
4	日										
5	月	ひまわりっこ	肉うどん	ブロッコリーの浸し	切干大根の煮付	オレンジ	豚肉・かまぼこ 油揚げ	人参・葉ねぎ・わかめ・ブロッコリー・切干大根 いんげん・オレンジ	うどん 白ごま	牛乳 レモンラスク	ミルク スイートポテト
6	火	ひまわりっこ	焼魚	小松菜の和え物	ジャーマンポテト	バナナ	さけ ベーコン	小松菜・人参・コーン・玉ねぎ・黄ピーマン・バナナ	米・白ごま じゃが芋	牛乳 チーズぎょうざ	鉄強化乳酸菌飲料 きな粉入り豆乳ケーキ
7	水	内科健診 13:30 ひまわりっこ	チキンカツ	短冊サラダ	野菜炒め	りんご	鶏肉 卵	人参・大根・きゅうり・わかめ・キャベツ・玉ねぎ ピーマン・しめじ・りんご	米	牛乳 ソフトクッキー	お茶 フルーツヨーグルト
8	木		魚の竜田揚げ	キャベツの レモン酢和え	かぼちゃの甘煮	バナナ	さば しらす干し	キャベツ・きゅうり・人参・コーン・かぼちゃ・バナナ	米	牛乳 じゃが芋のバター焼き	ミルク のりマヨトースト
9	金	布団持ち帰り日	高野豆腐の卵とじ	ごまマヨネーズサラダ	フライドおさつ	オレンジ	鶏肉・高野豆腐 卵	人参・玉ねぎ・干しいたけ・ほうれん草・大根 きゅうり・オレンジ	米・さつま芋 白ごま・マヨネーズ	牛乳 ぶどうゼリー	お茶 肉みそおにぎり
10	土	運動会 1部 9:00 2部 10:15	※10日(土)は運動会の為、給食・延長保育はありません。 (午前おやつは保育該当児のみ提供となります)							お茶 バナナ	
11	日										
12	月	スポーツの日									
13	火	ひまわりっこ	オムレツ	ナムル	茹ブロッコリー	オレンジ	豚肉 卵	人参・玉ねぎ・しいたけ・葉ねぎ・もやし・きゅうり わかめ・ブロッコリー・オレンジ	米 じゃが芋	牛乳 ヨーグルト和え	お茶 じゃこ菜飯
14	水	バス遠足・弁当日 (3～5歳児)	魚の香りフライ	コールスローサラダ	うの花炒り	バナナ	すけそうだら・卵・チーズ えび・おから・油揚げ	キャベツ・きゅうり・コーン・人参・ごぼう・葉ねぎ 干しいたけ・バナナ	米	牛乳 さつま芋のオープン焼き	ミルク ショートブレッドクッキー
15	木	誕生会	カレー	きゅうりのゆかり和え	大根の塩炒め	オレンジ	鶏肉 牛乳	人参・玉ねぎ・コーン・りんご・きゅうり・大根 オレンジ	米 じゃが芋	牛乳 チーズカナッペ	乳酸菌飲料 誕生ケーキ
16	金	保幼小交流 (5歳児) ひまわりっこ	魚の味噌煮	和風サラダ	にらたま	りんご	さば 卵	人参・大根・きゅうり・わかめ・にら・しいたけ 玉ねぎ・りんご	米・白ごま 春雨	牛乳 ごまクッキー	ミルク ココアパン
17	土	園庭開放 10:00～11:00	肉豆腐	キャベツの浸し	焼かぼちゃ	バナナ	豚肉・焼き豆腐 かつお節	人参・玉ねぎ・葉ねぎ・干しいたけ・キャベツ かぼちゃ・バナナ	米	牛乳 野菜スティック	牛乳 フライドポテト
18	日	学区運動会 (5歳児)									
19	月	ひまわりっこ	豚汁	ごま酢和え	かえりの佃煮	りんご	豚肉・木綿豆腐 油揚げ・かえりいりこ	人参・だいこん・ごぼう・こんにゃく・葉ねぎ もやし・キャベツ・きゅうり・りんご	米・さつま芋 白ごま	牛乳 マカロニのあべかわ風	お茶 カレーピラフ
20	火	防火訓練 (予備日:29日)	魚の甘酢漬	かぼちゃサラダ	糸切昆布の煮付	みかん	さけ さつま揚げ	かぼちゃ・玉ねぎ・人参・きゅうり・昆布・みかん	米 マヨネーズ	牛乳 お麩ラスク	ミルク ココアムース
21	水	4所交流 (5歳児) 9:30～11:30 ひまわりっこ	ハンバーグ	中華和え	パプリカ三色ソテー	バナナ	牛肉・豚肉・卵 牛乳・ベーコン	玉ねぎ・きゅうり・もやし・わかめ・ピーマン 黄ピーマン・赤ピーマン・バナナ	米	牛乳 人参ケーキ	鉄強化乳酸菌飲料 おさつごま焼き
22	木	歯科検診 9:30	五目煮	大根の即席漬	チーズポテト	柿	鶏肉・厚揚げ さつま揚げ・チーズ	人参・れんこん・ごぼう・いんげん・大根・柿 じゃが芋	米 じゃが芋	牛乳 りんご寒天	ミルク マーブルケーキ
23	金	絵画指導 (5歳児) 布団持ち帰り日 / ひまわりっこ	アジフライ	野菜サラダ	もやしのごま炒め	バナナ	あじ・卵 ハム	人参・キャベツ・きゅうり・コーン・もやし・バナナ	米・白ごま マヨネーズ	牛乳 みたらしポテト	ミルク ピーナッツクッキー
24	土	オープンハウス・入園説明会	ポークチャップ	スティックきゅうり	野菜の煮付	みかん	豚肉 厚揚げ	人参・玉ねぎ・いんげん・しめじ・きゅうり・大根 みかん	米 じゃが芋	牛乳 バナナケーキ	牛乳 パン
25	日										
26	月	口座振替 / 1号申し込み受付 絵画指導 (5歳児) / ひまわりっこ	手羽元の煮込み	もやしのごま和え	マッシュポテト	みかん	鶏肉 牛乳	もやし・人参・いんげん・玉ねぎ・コーン・みかん じゃが芋	米・白ごま じゃが芋	牛乳 バターケーキ	お茶 梅ごはん
27	火	交通安全教室 (3～5歳児)	魚のカレー焼き	マカロニサラダ	わかめスープ	バナナ	さわか わかめ・バナナ	人参・きゅうり・キャベツ・コーン・にら・玉ねぎ わかめ・バナナ	米・マカロニ マヨネーズ	牛乳 パインゼリー	ミルク ピザトースト
28	水	ひまわりっこ	焼き豆腐の含め煮	酢の物	フライドポテト	りんご	豚肉・焼き豆腐 ハム	人参・玉ねぎ・もやし・葉ねぎ・干しいたけ キャベツ・きゅうり・りんご	米 じゃが芋	牛乳 蒸かぼちゃ	お茶 フルーツヨーグルト
29	木		焼きそば	大根の浸し	かぼちゃグラッセ	柿	豚肉 かつお節	人参・玉ねぎ・キャベツ・もやし・葉ねぎ・大根 かぼちゃ・柿	中華種	牛乳 りんごのコンポート	ミルク 豆腐団子
30	金	ひまわりっこ	から揚げ	白和え	じゃが芋のきんぴら	みかん	鶏肉 木綿豆腐	ほうれん草・こんにゃく・人参・れんこん・昆布 いんげん・みかん	米・白ごま じゃが芋	牛乳 ジャムクッキー	ミルク レモンケーキ
31	土	園庭開放 10:00～11:00	豚肉の甘辛煮	じゃこサラダ	にらもやし	バナナ	豚肉 しらす干し	玉ねぎ・しめじ・キャベツ・きゅうり・人参・コーン もやし・にら・バナナ	米	牛乳 マヨネーズトースト	牛乳 フライドおさつ