

給食だより10月



先日の運動会 おつかれさまでした。子どもたちの

元気で一生懸命な姿に感謝しましたね！ さて、今月は 2025. 10. 1 札幌市立中島保育園

秋の遠足や いも煮会を予定しています。晴れますように！！

10月の予定

1日(水)

あひる組

ぞう組

遠足

2日(木)

いす組

遠足

20(月)

はと組

遠足

15日(水)

10月の
お誕生会

28日(火)

ゆりかご

いも煮会



		主 食	副 食	午後のおやつ
1	水	ごはん	けし汁(白身・人参) マーボー豆腐 レンコンがゆ煮	ドーナツ おせんべい すもめ
2	木	ゆかりごはん	けし汁(大根・しめじ) サバ味噌煮 人参キムチ	おやつ棒 ビシメル 果物
3	金	お粥風 スパゲティ	(肉) ジャコ	おにぎり 五平もち じゃぶ
4	土	ワカメうどん	白身と油あげの煮物 甘酢大根	おかし 果物
6	月	ごはん	けし汁(キャベツ・厚揚げ) (白身と人参の煮物) 火炙き魚(ホタテ) 中華大根がゆ煮	黒ごまスーン ビシメル 果物
7	火	パオン	ミネストローネ チキンマトリョー モヤシマヨネーズ	ソーシロフ サブレ 煮かし
8	水	ごはん	石狩汁 タケの煮物 ぶらっソーおかわあえ	ビシメル レーズンパンケーキ
9	木	ワカメごはん	けし汁(白身・豆腐) 魚の照り焼き じゃーんキムチ	おからチップ カッパケーキ
10	金	きのこカレー	干 草煮	二色せんべい じゃぶ
11	土	チャポン風うどん	芋の煮物、ころかばし 甘酢レンコン	おかし 果物
14	火	ごはん	けし汁(キャベツ・人参) (白身と人参の煮物) サバ味噌煮 大根と人参の煮物	けし汁パオン 星、二色せんべい 煮かし
15	水	サッパ年ごはん	清汁(白身・人参) 魚の照り焼き マカロニサラダ スラッパ煮	セリ 17年スライム すもめ
16	木	ごはん	けし汁(大根・人参) さき火炙き魚、(ほうろく草)あえ	おやつ棒 きんぎょスコーン 果物
17	金	肉味噌 スパゲティ	チースサラダ	(じゃーん)にきり けし汁パオン じゃぶ
18	土	すつわうどん	とろろと人参の煮物、ぶらっソー	おかし 果物
20	月	ごはん	けし汁(キャベツ・人参) (白身と人参の煮物) おにぎり、おにぎり、おにぎり	おにぎり パオンのマトリョー 煮かし
21	火	パオン	ソーポーター チキンカン カリフラワーマヨネーズ	カレーシロフ サブレ すもめ
22	水	ごはん	けし汁(キャベツ・ワカメ) きゅうりの中華あえ とろろと人参の煮物	アップルパイケーキ おにぎり 果物
23	木	ごはん	けし汁(豆腐・人参) 舞あやカボチャ 火炙き魚(サバ) 大根キムチ	ビシメル ふんわりマヨネーズ じゃぶ
24	金	お粥 スパゲティ	コロコロサラダ	中華風おにぎり アツスライム 煮かし
25	土	五目うどん	キャベツと油あげの煮物 甘酢レンコン	おかし 果物
27	月	ごまごはん	けし汁(白身・しめじ) 白酢あえ 魚の生煮火炙き じゃーんキムチ	(じゃーん)にきり ビシメル すもめ
28	火	いも煮	五目汁 キャベツと油あげの煮物 (白身と人参の煮物) ぶらっソー	ゆかりおにぎり おにぎり じゃぶ
29	水	ごはん	けし汁(キャベツ・人参) 小松菜 豆腐のわさびがゆ 中華あえ	じゃーんルール 星、二色せんべい 煮かし
30	木	ごはん	けし汁(大根・厚揚げ) (白身と人参の煮物) おにぎりの照り焼き レンコンキムチ	うの花あげ きんぎょスコーン 果物
31	金	秋のカレーライス	もやしのナムル	二色せんべい おにぎりサブレ すもめ

＜地産地消を取り入れてみましょう！＞

「地産地消」とは、地元で生産されたものを地域で消費する取り組みのことです。札幌市内及び北海道内各地で様々な食料が生産されており、保育園給食でも地産地消を取り入れています。

● 地産地消のよいところ！ ●

- ①旬の食べ物を新鮮なうちに美味しく食べることが出来る
- ②輸送にかかるエネルギーの使用量や二酸化炭素の排出量が少なく、環境にやさしい
- ③地域の食べ物を使用し、伝統的な食文化を継承することにつながる