



11月給食献立表

◎午前中は水分補給のみです。
朝食をしっかりと食べて登園しましょう。

令和7年10月28日 (○は午後おやつ)							
日	曜	献立	午後おやつ	材 料 名			
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料
1	土	鮭チャーハン 豆腐のスープ・バナナ	ラムネ	米、油	鮭フレーク、木綿豆腐、 豚ひき肉	バナナ、にんじん皮む き、たまねぎ、ピーマン、 葉ねぎ	しょうゆ(うすくち)、鶏 がらだし・粉末、食塩
4	火	ご飯 ★鮭のパン粉焼き マカロニサラダ 大根スープ・オレンジ	牛乳 ★ホットケーキ	米、○ホットケーキ粉、 マカロニ、マヨネーズ、 パン粉、砂糖、ごま油	○牛乳、さけ、○卵、豚 ひき肉、ハム	オレンジ、にんじん皮む き、だいこん皮むき、 きゅうり、コーン缶、○ いちごジャム、万能ねぎ	酢、しょうゆ(うすくち)、 鶏がらだしの素、パセリ 粉、食塩
5	水	ご飯 国産豚肉とキャベツの塩炒め かぼちゃの素揚げ もやしのスープ・バナナ	牛乳 チーズトースト	米、○食パン、○マーガ リン	○牛乳、豚肉(もも)、生 揚げ、木綿豆腐、○スラ イスチーズ	バナナ、かぼちゃ、キャ ベツ、たまねぎ、根切り もやし、にんじん皮む き、にら	鶏がらだしの素、酒、食 塩
6	木	ご飯 さばのゆず味噌焼 き 冬瓜のそぼろ煮 麩のすまし汁・りんご	牛乳 ★バナナブレッド	米、○ホットケーキ粉、 砂糖、○マーガリン、片 栗粉、焼ふ	○牛乳、さば、鶏ひき 肉、○卵、○ヨーグルト (無糖)、米みそ(淡色辛 みそ)、ちくわ	とうがん、りんご、たま ねぎ、○バナナ、えのき たけ、グリーンピース(水 煮缶詰)、葉ねぎ、ゆず 果皮	みりん、しょうゆ、しょう ゆ(うすくち)、かつおだ し・鰹節、食塩
7	金	ご飯 すき焼き風煮・おからサ ラダ えのきの味噌汁・オレンジ	以上児：牛乳・みたらし団子 未満児：牛乳・きな粉おにぎり	米、○白玉粉、しらたき、 ○砂糖、マヨネーズタイ プ調味料(低カロリータ イプ)、砂糖、○片栗粉、 焼ふ(板ふ)、○米	○牛乳、焼き豆腐、木 綿豆腐、牛肉(肩ロー ス)、おから、ハム、○絹 ごし豆腐、米みそ(淡色 辛みそ)、ちくわ、○きな	はくさい、オレンジ、に んじん皮むき、たまね ぎ、きゅうり、葉ねぎ、生 わかめ、えのきたけ	しょうゆ(うすくち)、○ しょうゆ、○みりん、酢、 かつおだし・鰹節、食塩
8	土	豚丼 ちくわの味噌汁・バナナ	きな粉せんべい	米、じゃがいも、しらた き、砂糖	豚肉(肩ロース)、米み そ(淡色辛みそ)、油揚 げ、ちくわ、○きな粉	バナナ、たまねぎ、にん じん皮むき、万能ねぎ、 しょうが	しょうゆ(うすくち)、み りん
10	月	ご飯 さわらのバター醤油焼 き キャベツとウインナーのソ テー 豆スープ・オレンジ	牛乳 ジャムサンド	米、○サンドイッチパ ン、じゃがいも、バター	○牛乳、さわら、大豆水 煮缶、ウインナーソー セージ	オレンジ、キャベツ、に んじん皮むき、根切りも やし、たまねぎ、○いち ごジャム、コーン缶	しょうゆ(うすくち)、鶏 がらだし・粉末、みり ん、食塩
11	火	牛丼・ながいものオープン 焼き しめじの味噌汁・バナナ	牛乳 シュガーパイ	米、ながいも、しらた き、砂糖、オリーブ油、 ○グラニュー糖	○牛乳、牛肉(肩ロー ス)、木綿豆腐、米みそ (淡色辛みそ)、ちくわ	バナナ、たまねぎ、にん じん皮むき、万能ねぎ、 しめじ	しょうゆ(うすくち)、か つおだし・鰹節、食塩
12	水	パン・★国産鶏の香草焼 き マカロニナポリタン コーンポタージュ・みかん	ツナ昆布おにぎり	○米、ロールパン、クロ ワッサン、マヨネーズ、 マカロニ、米粉、パン 粉、クルトン、○ごま、食 パン	鶏もも肉(皮付)、調製 豆乳、ベーコン、○ツナ 水煮缶	みかん、たまねぎ、ク リームコーン缶、コー ン缶、にんじん皮むき、 ピーマン、しめじ、○塩 こんぶ	ケチャップ、鶏がらだ しの素、食塩、パセリ粉
13	木	ご飯 国産豚肉と冬瓜の甘辛煮 ちくわの磯辺揚げ 人参の味噌汁・りんご	牛乳 ココアの米粉ブラウニー	米、天ぷら用バター、 ○米粉、○油、○砂糖、 片栗粉、砂糖、油、○片 栗粉	○牛乳、豚肉(肩ロー ス)、○木綿豆腐、ちく わ、米みそ(淡色辛み そ)、油揚げ	りんご、とうがん、にん じん皮むき、たまねぎ、 グリーンピース(水煮缶 詰)、○バナナ、万能ね ぎ、しょうが、あおのり	酒、しょうゆ(うすくち)、 かつおだし・鰹節、食塩
14	金	秋野菜カレー ★ハムサラダ・ラフランス	フルーツヨーグルト	米、さつまいも、マヨ ネーズ	○ソファール元気ヨーグ ルト、牛肉(肩ロース)、 ハム	西洋なし、キャベツ、に んじん皮むき、たまね ぎ、○バナナ、かぼ ちゃ、○みかん缶、きゅ うり、しめじ、エリンギ	カレールウ
17	月	ご飯 あじの塩焼き・五目豆 なめこの味噌汁・りんご	牛乳 ★マーマレードケーキ	米、○ホットケーキ粉、 板こんにゃく、○パ ター、砂糖	○牛乳、あじ、大豆水 煮缶、○卵、ちくわ、米 みそ(淡色辛みそ)、油 揚げ	りんご、○マーマレー ド、なめこ、たまねぎ、 にんじん皮むき、だい こん皮むき、万能ねぎ	みりん、しょうゆ(うすく ち)、かつおだし・鰹節、 食塩
18	火	ご飯・国産鶏のアップルジン ジャー ほうれん草のサラダ 野菜スープ・バナナ	牛乳 きなこラスク	米、○フランスパン、 じゃがいも、○バター、 ○グラニュー糖、砂糖、 ごま油	○牛乳、鶏もも肉(皮 付)、大豆水煮缶、ペー コン、ハム、○きな粉	バナナ、ほうれんそう、 たまねぎ、りんごジャ ム、にんじん皮むき、 しめじ、しょうが、レモ ン果汁、にんにく	しょうゆ、酢、しょうゆ (うすくち)、鶏がらだ しの素、酒、食塩
19	水	ご飯・ぶりのみぞれかけ ブロッコリーのおかか和え 切干大根と油揚げの味噌汁 オレンジ	牛乳 マシュマロサンド	米、砂糖	○牛乳、ぶり、米みそ (淡色辛みそ)、油揚 げ、かつお節	オレンジ、ブロッコリー、 だいこん皮むき、にん じん皮むき、万能ねぎ、 切り干しだいこん、葉 ねぎ、しょうが	しょうゆ(うすくち)、し ょうゆ、酒、かつおだ し・鰹節、食塩
20	木	ご飯 国産牛肉と青梗菜の味噌炒め かぼちゃのオープン焼 き はんぺんのすまし汁・みかん	牛乳 ココアちんすこう	米、○小麦粉、○砂糖、 ○油、油	○牛乳、牛肉(肩ロー ス)、はんぺん、米みそ (淡色辛みそ)	みかん、かぼちゃ、チ ンゲンサイ、にんじん皮 むき、たまねぎ、えの きたけ、生わかめ、万 能ねぎ	酒、しょうゆ(うすくち)、 みりん、かつおだし・ 鰹節、食塩
21	金	ひじきチャーハン もやしのナムル ★わか玉スープ・バナナ	牛乳 チヂミ	米、○小麦粉、ごま、ご ま油、○ごま油	○牛乳、豚ひき肉、卵、 木綿豆腐、○ツナ油漬 缶(きはだ)	根切りもやし、バナナ、 にんじん、にんじん皮 むき、きゅうり、たま ねぎ、ピーマン、生 わかめ、○根切りも やし、コーン缶、ひ じき、○コーン 缶、○にら	しょうゆ、鶏がらだ しの素、しょうゆ(う すくち)、みりん、○ しょうゆ、食塩、○ 鶏がらだし・粉 末、○食塩
22	土	とり丼 厚揚げの味噌汁・バナナ	せんべい	米、砂糖、油	鶏もも肉(皮付)、生揚 げ、米みそ(淡色辛 みそ)、ちくわ	バナナ、たまねぎ、にん じん皮むき、葉ねぎ、 えのきたけ、焼きのり	しょうゆ(うすくち)、み りん
25	火	ご飯・さわらのねぎソー ス 卵の花の炒り煮 豆腐のすまし汁・オレンジ	牛乳 ツナマヨサンド	米、○サンドイッチパ ン、○マヨネーズタイ プ調味料(低カロリー タイプ)、油、砂糖、ご ま油、片栗粉	○牛乳、さわら、木綿 豆腐、おから、油揚げ、 ○ツナ油漬缶(きはだ)、 ちくわ	オレンジ、にんじん皮 むき、たまねぎ、葉 ねぎ、いんげん、万 能ねぎ、しょうが、 干しいたけ	しょうゆ(うすくち)、 みりん、酢、かつお だし・鰹節、食塩
26	水	ハヤシライス 豆サラダ・りんご	牛乳 ごまクッキー	米、○小麦粉、○パ ター、○砂糖、マヨネ ーズタイプ調味料(低 カロリータイプ)、○ すりごま、○ごま	○牛乳、牛肉(肩ロー ス)、大豆水煮缶	りんご、たまねぎ、にん じん皮むき、かぼ ちゃ、しめじ、コー ン缶、きゅうり、グ リンピース(水 煮缶詰)	ハヤシルウ、しょう ゆ(うすくち)、食塩
27	木	パン・ポークチャップ ★ブロッコリーのごま マヨ和え 豆乳スープ・オレンジ	さつまいもおにぎり	○米、ロールパン、クロ ワッサン、○さつまい も、片栗粉、マヨネ ーズ、バター、すり ごま、食パン	豚肉(肩ロース)、調 製豆乳、大豆水煮 缶、ベーコン	たまねぎ、オレンジ、 ブロッコリー、にん じん皮むき、ピー マン、カリフラ ワー、コーン缶、 にんにく	ケチャップ、鶏がら だしの素、○しょう ゆ(うすくち)、食 塩、しょうゆ(う すくち)、○酒
28	金	ご飯・国産鶏の唐揚げ 白菜の塩昆布和え たっぷりきのこ味噌汁・バナナ	ヨーグルト	米、片栗粉、油、ごま	○ソファール元気ヨー グルト、鶏もも肉(皮 付)、木綿豆腐、ちく わ、米みそ(淡色辛 みそ)、かつお節	はくさい、バナナ、た まねぎ、きゅうり、 葉ねぎ、まいたけ、 しめじ、えのきた け、塩こんぶ、し ょうが、にんにく	しょうゆ、みりん、か つおだし・鰹節
29	土	チャーハン 中華スープ・バナナ	かぼちゃボーロ	米、ごま油	豚肉(肩ロース)、生揚 げ	バナナ、たまねぎ、にん じん皮むき、にら、 ピーマン	中華だしの素、鶏が らだしの素、しょう ゆ(うすくち)、食塩

※材料の都合により、メニューが変更する場合があります。

※アレルギー対応について

屋食・手作りおやつに使用する卵は除去して提供しています。市販の食品はアレルギー物質の含まない代替食の提供となります。

卵を使った料理には★印をつけています。

離乳児は、必要に応じて屋食・おやつの内容変更があります。

11月12日、27日は
ひまわり組、こすもす組、なのはな組、むぎ組は
パンバイキングになります。