



# 11月 給食献立表

◎午前中は水分補給のみです。

朝食をしっかり食べて登園しましょう。

令和7年10月28日

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、えのきだけ、グリンピース(水煮缶詰)、葉ねぎ、ゆず果皮	みりん、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 ○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、生姜、わかめ、えのきだけ	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、じやがいも、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	バナナ、たまねぎ、にんじん皮むき、万能ねぎ、しようが	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、じやがいも、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、ペーコン、○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、天ぷら用バッター、○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	○ソーフル元気ヨーグルト、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 ★ママレードケーキ	米、○ホットケーキ粉、板こんにゃく、○バター、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、○フランズパン、じやがいも、○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	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 プ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、プロッコリー、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、チングンサイ、にんじん皮むき、たまねぎ、えのきだけ、生わかめ、万能ねぎ	みりん、酒、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、コン缶、ひじき、○コン缶、にんにく	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、えのきだけ、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、○バター、○砂糖、マヨネーズ、片栗粉、バター、すりごま、食パン	○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)	酒、しょうゆ(うすくち)、食塩
27	木	パン・ポークチャップ ★プロッコリーのごママヨ和え 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、ペーコン	たまねぎ、オレンジ、プロッコリー、にんじん皮むき、たまねぎ、葉ねぎ、いんげん、万能ねぎ、干しいたけ	ケチャップ、鶏がらだしの素、○しょうゆ(うすくち)、食塩、○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	○ソーフル元気ヨーグルト、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、いんげん、しめじ、えのきだけ、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。