



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6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	金	ご飯 たららの甘酢あんかけ ほうれん草のナムル 中華スープ・りんご	牛乳 ココアの米粉ブラウニー	米、○米粉、○油、○砂糖、片栗粉、ごま、砂糖、○片栗粉、ごま油	○牛乳、たら、○木綿豆腐、ベーコン	ほうれん草、りんご、根切りもやし、たまねぎ、レタス、にんじん皮むき、ピーマン、にんじん、コーン缶、○バナナ	しょうゆ(うすくち)、鶏がらだし、酢、食塩
2	土	鮭チャーハン 豆腐のスープ バナナ	せんべい	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
5	火	ご飯 鮭のゆであん焼き ひじき煮 きつまま芋の味噌汁・オレンジ	牛乳 ★レモンヨーグルトケーキ	米、きつまいも(皮付)、○小麦粉、○砂糖、○油、砂糖、油	○牛乳、さけ、○ヨーグルト(無糖)、○卵、油揚げ、大豆水煮缶、米みそ(淡色辛みそ)、ちくわ	オレンジ、にんじん皮むき、たまねぎ、万能ねぎ、ひじき、ゆず果汁、○レモン果汁	しょうゆ(うすくち)、酒、みりん、かつおだし・鰹節、食塩
6	水	ご飯 国産鶏のスタミナ焼き ★ブロッコリーのごまマヨ和え 小松菜と玉ねぎのスープ・りんご	牛乳 ★チーズスキムクッキー	米、○小麦粉、マヨネーズ、○無塩バター、○砂糖、砂糖、ごま油、ごま、すりごま	○牛乳、鶏もも肉(皮付)、木綿豆腐、○脱脂粉乳、○卵、○粉チーズ、ベーコン	りんご、ブロッコリー、たまねぎ、ごまつな、コーン缶、えのきたけ、葉ねぎ、にんにく、しょうが	しょうゆ(うすくち)、中華だし、の素、食塩
7	木	ご飯 すき焼き風煮 かぼちゃの素揚げ ちくわのすまし汁・バナナ	牛乳 ちんすこう	米、○小麦粉、しらたき、○砂糖、○油、油、砂糖、焼ふ(板ふ)	○牛乳、焼き豆腐、牛肉(肩ロース)、ちくわ	はくさい、バナナ、かぼちゃ、たまねぎ、にんじん皮むき、葉ねぎ、万能ねぎ、えのきたけ	しょうゆ(うすくち)、みりん、かつおだし・鰹節、食塩
8	金	パン 国産鶏の和風レモン焼き ★コールスローサラダ 豆乳シチュー・オレンジ	牛乳 ごまクッキー	ロールパン、じゃがいも、クロワッサン、○小麦粉、マヨネーズ、○バター、○砂糖、米粉、砂糖、○すりごま、○ごま、食パン	○牛乳、鶏もも肉(皮付)、調製豆乳、ベーコン	キャベツ、オレンジ、にんじん皮むき、たまねぎ、クリームコーン缶、コーン缶、グリーンピース(水煮缶詰)、レモン果汁、にんにく	しょうゆ(うすくち)、鶏がらだしの素、酢、食塩
9	土	牛丼 厚揚げの味噌汁 バナナ	米棒	米、しらたき、○玄米、○水あめ、○砂糖、砂糖、○油	生揚げ、牛肉 切り落とし、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、えのきたけ	しょうゆ(うすくち)、○しょうゆ
11	月	ご飯 たら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・りんご	牛乳 蒸しパン	米、○小麦粉、じゃがいも、○砂糖、バター、油	○牛乳、たら、ゆで大豆、ウインナーソーセージ	りんご、キャベツ、にんじん皮むき、根切りもやし、たまねぎ、コーン缶、○いちごジャム	しょうゆ(うすくち)、鶏がらだし、粉末、みりん、食塩
12	火	ご飯 松風焼き 小松菜の煮びたし ★はんぺんのすまし汁・バナナ	ヨーグルト	米、片栗粉、砂糖、ごま、油、ごま油	○ソファール元気ヨーグルト、鶏ひき肉、木綿豆腐、はんぺん、ちくわ、米みそ(淡色辛みそ)、かつお節	バナナ、ごまつな、にんじん皮むき、たまねぎ、万能ねぎ、生わかめ、えのきたけ	みりん、しょうゆ(うすくち)、かつおだし・鰹節、食塩
13	水	秋野菜カレー ハムサラダ オレンジ	牛乳 じゃこトースト	米、食パン、きつまいも、じゃがいも、○マヨネーズタイプ調味料(低カロリータイプ)、マヨネーズ、○ごま	○牛乳、牛肉(肩ロース)、ハム、○スライスチーズ、○しらす干し	オレンジ、キャベツ、にんじん皮むき、なす、たまねぎ、きゅうり、しめじ	カレールウ
14	木	ご飯 ぶりの照り焼き 白菜の塩昆布和え 大根と人参の味噌汁・バナナ	牛乳 ★マーマレードケーキ	米、○ホットケーキ粉、○バター、砂糖、ごま	○牛乳、ぶり、○卵、ちくわ、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ、かつお節	はくさい、バナナ、だいこん皮むき、○マーマレード、にんじん皮むき、きゅうり、万能ねぎ、塩こんぶ	しょうゆ、みりん、酒、かつおだし・鰹節
15	金	ご飯 マーボー豆腐 フライドポテト 卵スープ・ラフランス	牛乳 りんごゼリー	米、じゃがいも、○砂糖、油、砂糖、ごま油、片栗粉	○牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、卵、米みそ(淡色辛みそ)、○セラチン	○りんご濃縮果汁、西洋なし、にんじん皮むき、たけのこ(ゆで)、たまねぎ、葉ねぎ、にら、えのきたけ、しょうが	しょうゆ、鶏がらだしの素、食塩
16	土	チキンライス コーンスープ バナナ	クラッカー	米	鶏むね肉(皮付)	バナナ、たまねぎ、にんじん皮むき、コーン缶、葉ねぎ、えのきたけ、グリーンピース(水煮缶詰)	ケチャップ、鶏がらだしの素、食塩
18	月	ご飯 鮭の磯辺マヨ焼き 切干大根の旨煮 里芋味噌汁・オレンジ	牛乳 ★きな粉ホットケーキ	米、○ホットケーキ粉、○メープルシロップ、さといも(冷凍)、マヨネーズタイプ調味料(低カロリータイプ)、無塩バター、砂糖、○砂糖	○牛乳、さけ、油揚げ、○卵、米みそ(淡色辛みそ)、○きな粉	オレンジ、にんじん皮むき、切り干しだいこん、万能ねぎ、生わかめ、あおのり	しょうゆ、みりん、かつおだし・鰹節
19	火	ピピンバ丼 パンサンスー レタススープ・りんご	牛乳 かぼちゃプリン	米、はるさめ(緑豆)、○砂糖、砂糖、ごま、ごま油	○牛乳、○調製豆乳、牛肉(もも)、ハム、ベーコン、○セラチン	りんご、ほうれん草、大豆もやし、○かぼちゃ、にんじん皮むき、レタス、きゅうり、たまねぎ、にんにく	しょうゆ(うすくち)、酢、酒、鶏がらだしの素、食塩
20	水	ご飯 カレー肉じゃが おからサラダ たっぷりきのこ味噌汁・ラフランス	牛乳 バナナクッキー	米、じゃがいも、○小麦粉、○砂糖、しらたき、○油、○片栗粉、マヨネーズタイプ調味料(低カロリータイプ)、片栗粉、砂糖、油	○牛乳、牛肉(肩ロース)、おから、木綿豆腐、生揚げ、ハム、大豆水煮缶、米みそ(淡色辛みそ)	西洋なし、にんじん皮むき、たまねぎ、きゅうり、○バナナ、葉ねぎ、まいたけ、しめじ、えのきたけ、グリーンピース(水煮缶詰)	しょうゆ(うすくち)、酢、酒、みりん、かつおだし・鰹節、食塩、カレー粉
21	木	ご飯 さわらのねぎソース もやしとハムの和え物 チンゲン菜の中華スープ・バナナ	牛乳 マカロニあべかわ	米、○マカロニ、○砂糖、ごま、砂糖、ごま油、片栗粉	○牛乳、さわか、○きな粉、ハム、ベーコン	バナナ、根切りもやし、チンゲンサイ、きゅうり、にんじん皮むき、たまねぎ、葉ねぎ、しめじ、しょうが	酢、しょうゆ(うすくち)、鶏がらだしの素、食塩、○食塩
22	金	ご飯 国産豚肉のトマト煮 きつまいものコロコロサラダ 白菜の豆乳スープ・みかん	牛乳 チーズラスク	米、きつまいも(皮付)、○フランスパン、○マヨネーズタイプ調味料(低カロリータイプ)、マヨネーズ、砂糖、片栗粉	○牛乳、豚肉(肩ロース)、調製豆乳、生揚げ、大豆水煮缶、ハム、ベーコン、○粉チーズ	たまねぎ、みかん、はくさい、トマトジュース缶(食塩無添加)、にんじん皮むき、きゅうり	ケチャップ、ウスターソース、酒、コンソメ・粉末、食塩、カレー粉、○パセリ粉
25	月	ご飯 さばの西京焼き 和風マカロニサラダ 豆腐と人参のすまし汁・りんご	牛乳 プアマンケーキ	米、○小麦粉、○砂糖、マカロニ、○油、砂糖、ごま油	○牛乳、さば、木綿豆腐、ハム、米みそ(甘みそ)	りんご、にんじん皮むき、きゅうり、たまねぎ、コーン缶、万能ねぎ、えのきたけ	しょうゆ(うすくち)、みりん、酢、かつおだし・鰹節、食塩、○食塩
26	火	ご飯 チンジャオロースー 白菜とツナのごま和え ★中華風コーンスープ・オレンジ	牛乳 スイートポテトパイ	米、○きつまいも(皮付)、砂糖、○砂糖、○バター、ごま油、ごま、片栗粉	○牛乳、豚肉(肩ロース)、卵、かつお味付けフレーク缶	はくさい、オレンジ、にんじん皮むき、たけのこ(ゆで)、たまねぎ、ピーマン、黄ピーマン、コーン缶、葉ねぎ、えのきたけ、にんにく、しょうが	酒、しょうゆ、しょうゆ(うすくち)、鶏がらだしの素、食塩
27	水	ご飯 国産鶏ときつまいもの甘辛煮 ブロッコリーのおかか和え 豆腐のすまし汁・バナナ	牛乳 メープルビスケット	米、きつまいも、○ホットケーキ粉、片栗粉、○マーガリン、○メープルシロップ、油、砂糖、○小麦粉	○牛乳、鶏もも肉(皮付)、木綿豆腐、かつお節	バナナ、ブロッコリー、にんじん皮むき、たまねぎ、万能ねぎ、しょうが、にんにく	みりん、しょうゆ(うすくち)、しょうゆ、酒、かつおだし・鰹節、食塩
28	木	ご飯 豚カツ きゅうりとツナの酢の物 ★かきたま汁・みかん	フルーツヨーグルト	米、パン粉、小麦粉、油、マヨネーズタイプ調味料(低カロリータイプ)、砂糖	○ソファール元気ヨーグルト、豚肉(ヒレ)、卵、ツナ油漬缶(きはだ)	みかん、キャベツ、○バナナ、きゅうり、○みかん缶、たまねぎ、ごまつな、しめじ、生わかめ	酢、みりん、しょうゆ(うすくち)、酒、かつおだし・鰹節、食塩
29	金	パン さわらの香味焼き ★豆サラダ ミネストローネ・ラフランス	ゆかりおにぎり	○米、ロールパン、クロワッサン、マヨネーズ、ごま油、食パン	さわか、大豆水煮缶、ベーコン	西洋なし、にんじん皮むき、ホールトマト缶詰、たまねぎ、キャベツ、えだまめ、きゅうり、コーン缶、葉ねぎ、にんにく、しょうが	ケチャップ、しょうゆ(うすくち)、酒、みりん、鶏がらだしの素、食塩、パセリ粉
30	土	とり丼 ちくわの味噌汁 バナナ	せんべい	米、じゃがいも、砂糖、油	鶏もも肉(皮付)、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ、ちくわ	バナナ、たまねぎ、にんじん皮むき、葉ねぎ、万能ねぎ、焼きのり	しょうゆ(うすくち)、みりん

※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8日、29日
 ひまわり組、こすもす組、なのはな組、むぎ組の園児は
 パンバイキングになります。