



2024年11月献立表りす①



	献立名	材料名				午前 (3歳児未満)
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	その他	午後
1	金 炊き込みご飯 魚のオーロラソース 青りんごゼリー 味噌汁	米、片栗粉、サラダ油、砂糖、ゼリーの素、食パン、いちごジャム、ブルーベリージャム	鶏むね肉、油揚げ、メルルーサ、味噌、牛乳	人参、白菜	和風だし、料理酒、みりん、昆布つゆ白だし、醤油、中濃ソース、ケチャップ、麦茶	マリービスケット 麦茶 サンドイッチ 牛乳
2	土 ご飯 白身魚のフライ(ミニポテト) ひじきサラダ 味噌汁	米、サラダ油、ミニポテト、マヨネーズ、麩、ドームケーキ	たらのフライ、青さのり、ひじき、ツナ、味噌、牛乳	人参、小松菜	中濃ソース、塩、和風だし、麦茶	ハーベスト 麦茶 ドームケーキ 牛乳
5	火 ミートソーススパゲティ フロッキーサラダ ぶどうゼリー コンソメスープ	スパゲティ、ハヤシフレーク、砂糖、小麦粉、マヨネーズ、ゼリーの素、米、ごま油	牛豚ミンチ、豚ミンチ、ツナ、卵、鶏豚ミンチ、牛乳	玉ねぎ、人参、ブロッコリー、コーン、小松菜、えのき	トマトピューレ、ケチャップ、中濃ソース、コンソメ、鶏がらだし、中華だし、塩、こしょう、醤油、麦茶	ビスコ 牛乳 チャーハン(おにぎり) 麦茶
6	水 納豆ご飯 鮭の塩焼き もやしのツナ和え 味噌汁	米、麩、コッペパン、グラニュー糖	納豆、鮭、ツナ、油揚げ、味噌、きな粉、牛乳	ほうれん草、人参、もやし	塩、醤油、中華ドレッシング、和風だし、麦茶	サッポロポテト 麦茶 きなこ揚げパン 牛乳
7	木 ご飯 カレイの電田揚げ(コロコロポテト) 切干大根の煮物 豚汁	米、片栗粉、サラダ油、じゃが芋、砂糖、ホットケーキミックス	カレイ、青さのり、油揚げ、豚バラ肉、豆腐、味噌、牛乳	おろし生姜、切干大根、人参、しめじ、ごぼう、大根、白ねぎ、バナナ	醤油、料理酒、塩、みりん、和風だし、ココア、麦茶	ルヴァン 麦茶 フライドバナナケーキ 牛乳
8	金 チキンカレー 春雨サラダ オレンジ 卵スープ(ねぎ)	米、押し麦、じゃが芋、サラダ油、カレーフレーク、春雨、コンフレーク	鶏ミンチ、魚肉ソーセージ、錦糸卵、卵、牛乳	玉ねぎ、人参、グリーンピース、きゅうり、人参、オレンジ、青ねぎ	ケチャップ、中華ドレッシング、昆布つゆ白だし、料理酒、みりん、麦茶	どうぶつビスケット 麦茶 コンフレーク 牛乳
9	土 ソース焼きそば ぎょうざ わかめスープ	焼きそば麺、サラダ油、砂糖	鶏豚ミンチ、青さのり、餃子、わかめ、きな粉、牛乳	キャベツ、人参、玉ねぎ、白ねぎ、バナナ	オイスターソース、中濃ソース、中華だし、中華ドレッシング、塩、醤油、麦茶	ソフトサラダ 麦茶 ぼななきなご 牛乳
11	月 ご飯 マーボー豆腐 しゅうまい 中華スープ	米、サラダ油、ごま油、砂糖	鶏豚ミンチ、大豆ミンチ、豆腐、味噌、焼売、牛乳	玉ねぎ、人参、白ねぎ、おろし生姜、白菜、人参、バナナ	中華だし、醤油、塩、こしょう、ココア、麦茶	マリービスケット 麦茶 ココアバナナ 牛乳
12	火 ご飯 さばの味噌煮 もやし中華サラダ けんちん汁	米、砂糖、里芋、焼きそば麺、サラダ油	さば、味噌、魚肉ソーセージ、錦糸卵、豆腐、ウインナー、青さのり、牛乳	生姜、もやし、人参、きゅうり、大根、青ねぎ、ごぼう、キャベツ、玉ねぎ	料理酒、醤油、中華ドレッシング、みりん、昆布つゆ白だし、オイスターソース、中濃ソース、中華だし、麦茶	ハーベスト 牛乳 ソース焼きそば 麦茶
13	水 かきたまうどん さつまいもの天ぷら マスカットゼリー	うどん、片栗粉、さつまいも、天ぷら粉、サラダ油、ゼリーの素、米	卵、わかめ、牛乳	玉ねぎ、人参	みりん、料理酒、醤油、和風だし、麦茶	サッポロポテト 牛乳 焼きおにぎり 麦茶
14	木 ご飯(ごまなしかつおふりかけ) 豚の生姜焼き ひじきサラダ 味噌汁	米、砂糖、マヨネーズ、じゃが芋、片栗粉、サラダ油	青さのり、豚もも肉、ひじき、ツナ、豆腐、味噌、牛乳	玉ねぎ、おろし生姜、人参、なめこ	ごまなしかつおふりかけ、醤油、料理酒、塩、和風だし、みりん、麦茶	星たべよ 麦茶 味噌ポテト 牛乳
15	金 そぼろちらし 金平ごぼう バナナ すまし汁	米、砂糖、サラダ油、ごま油、てまり麩、食パン	鶏ミンチ、大豆ミンチ、錦糸卵、きざみのり、卵、牛乳	きぬさや、人参、ごぼう、バナナ、貝割れ	料理酒、みりん、醤油、昆布つゆ白だし、麦茶	かつぱえびせん 麦茶 フレンチトースト 牛乳
16	土 ご飯 おやこ煮 わかめ中華和え 味噌汁	米、サラダ油、砂糖、焼きドーナツ	鶏むね肉、わかめ、錦糸卵、豆腐、味噌、牛乳	玉ねぎ、人参、きぬさや、コーン、きゅうり、大根の葉	昆布つゆ、醤油、中華ドレッシング、和風だし、麦茶	ビスコ 麦茶 焼きドーナツ(豆乳) 牛乳

※仕入れにより献立を変更する場合がございます。



2024年11月献立表りす②



	献立名	材料名				午前 (3歳児未満)
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	その他	午後
18	月 ご飯 タラのチーズ焼き(ソテー) フルーツヨーグルト コンソメスープ	米、砂糖、マーガリン、フライドポテト、サラダ油	たら、チーズ、ベーコン、ヨーグルト、味噌、ヤクルト	ほうれん草、りんご缶、白菜、人参	塩、ケチャップ、醤油、こしょう、コンソメ、麦茶	ソフトサラダ 麦茶 フライドポテト ヤクルト
19	火 ソース焼きそば メンチカツ バナナ 卵スープ	焼きそば麺、サラダ油、米	ウインナー、青さのり、メンチカツ、卵、鮭、きざみのり、牛乳	キャベツ、人参、玉ねぎ、もやし、バナナ、青ねぎ	オイスターソース、中濃ソース、中華だし、料理酒、みりん、昆布つゆ白だし、塩、麦茶	どうぶつビスケット 牛乳 鮭おにぎり 麦茶
20	水 ご飯(やさしいふりかけ) 照り焼きチキン(人参しりしり) いちごゼリー 味噌汁	米、片栗粉、サラダ油、ゼリーの素、砂糖、マーガリン	鶏もも肉、ツナ、卵、豆腐、味噌、きな粉、牛乳	人参、小松菜	やさしいふりかけ、蒲焼のたれ、みりん、塩、こしょう、醤油、昆布つゆ、和風だし、麦茶	マリービスケット 麦茶 きなこの麩ラスク 牛乳
21	木 コロッケパン コールスローサラダ オレンジ スープ	食パン、牛肉コロッケ、サラダ油、マヨネーズ、米、砂糖	ツナ、鶏ミンチ、牛乳	キャベツ、人参、コーン、オレンジ、ほうれん草、玉ねぎ	中濃ソース、醤油、塩、コンソメ、鶏がらだし、料理酒、みりん、麦茶	サッポロポテト 牛乳 そぼろおにぎり 麦茶
22	金 ご飯 魚の蒲焼 ひじきの煮物 味噌汁	米、片栗粉、サラダ油、砂糖、クラッカー、せんべい	メルルーサ、ひじき、油揚げ、大豆水煮、味噌、牛乳	人参、大根、大根の葉	蒲焼のたれ、みりん、醤油、料理酒、和風だし、麦茶	ちよぼちよぼクッキー 麦茶 ルヴァンハンマンせんべい 牛乳
25	月 わかめご飯 カレイの煮付け 春雨炒め 味噌汁	米、砂糖、春雨、サラダ油、ごま油	わかめご飯の素、カレイ、鶏豚ミンチ、卵、味噌、きな粉、牛乳	生姜、玉ねぎ、人参、もやし、にら、えのき、キャベツ、バナナ	醤油、料理酒、みりん、中華だし、和風だし、塩、麦茶	かつぱえびせん 麦茶 ぼななきなご 牛乳
26	火 ご飯 おやこ煮 もやしのツナ和え 味噌汁	米、さつまいも、サラダ油、グラニュー糖	鶏むね肉、卵、ツナ、豆腐、味噌、牛乳	玉ねぎ、人参、きぬさや、ほうれん草、もやし、なめこ	昆布つゆ、醤油、中華ドレッシング、和風だし、麦茶	ルヴァン 麦茶 さつまいもスティック 牛乳
27	水 味噌ラーメン しゅうまい バナナ	ラーメン、ごま油、サラダ油、米	豚肩肉、味噌、焼売、牛乳	人参、キャベツ、もやし、にら、おろし生姜、バナナ	鶏がらだし、醤油、中華だし、のりたまふりかけ、麦茶	ビスコ 牛乳 卵ふりかけおにぎり 麦茶
28	木 納豆ご飯 鮭の塩焼き 肉じゃが 味噌汁	米、じゃが芋、サラダ油、砂糖、食パン	納豆、鮭、豚バラ肉、豆腐、味噌、チーズ、牛乳	玉ねぎ、人参、きぬさや、大根の葉	塩、醤油、料理酒、みりん、昆布つゆ、和風だし、麦茶	ソフトサラダ 麦茶 チーズトースト 牛乳
29	金 ☆バターライス ハンバーグ(ブロッコリー&マヨ) ★ラフランス ポトフスープ	米、マーガリン、パン粉、砂糖、マヨネーズ、じゃが芋、ホットケーキミックス、サラダ油	鶏豚ミンチ、牛豚ミンチ、豆腐、牛乳、卵、ウインナー	玉ねぎ、人参、ブロッコリー、キャベツ	コンソメ、塩、ケチャップ、中濃ソース、麦茶	ハーベスト 麦茶 キヤロットケーキ 牛乳
30	土 ご飯 ささみチーズフライ フロッキーサラダ 味噌汁	米、サラダ油、マヨネーズ、麩、焼きドーナツ	ささみチーズフライ、ツナ、味噌、牛乳	ブロッコリー、コーン、人参、小松菜	中濃ソース、塩、こしょう、和風だし、麦茶	マリービスケット 麦茶 焼きドーナツ(チョコ) 牛乳

☆誕生会メニュー
★季節の果物
プレミアムスイーツ



～鍋料理は栄養満点～

木枯らしが吹いて肌寒くなってきたら鍋の季節！肉や野菜を入れて煮るだけの手軽さに加え、栄養バランスが整いやすいのも鍋の魅力になります。鍋を囲んで楽しいおしゃべりや笑顔も、鍋の栄養成分ですね。



🍎🍌🍌🍌🍌 2024年11月献立表うさぎ・ぱんだ① 🍌🍌🍌🍌🍌

献立名	材料名				午前 (3歳児未満) おやつ 午後
	熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	その他	
1 金 炊き込みご飯 魚のオーロラソース 青りんごゼリー 味噌汁	米、片栗粉、サラダ油、砂糖、ゼリーの素、食パン、いちごジャム、ブルーベリージャム	鶏むね肉、油揚げ、メルルーサ、味噌、牛乳	人参、白菜	和風だし、料理酒、みりん、昆布つゆ白だし、醤油、中濃ソース、ケチャップ、麦茶	マリービスケット 麦茶 サンドイッチ 牛乳
2 土 ご飯 白身魚のフライ(ミニポテト) ひじきサラダ 味噌汁	米、サラダ油、ミニポテト、マヨネーズ、麩、ドームケーキ	たらのフライ、青さのり、ひじき、ツナ、味噌、牛乳	人参、小松菜	中濃ソース、塩、和風だし、麦茶	ハーベスト 麦茶 ドーナツ 牛乳
5 火 ミートソーススパゲティ ブロッコリーサラダ ぶどうゼリー コンソメスープ	スパゲティ、ハヤシフレック、砂糖、小麦粉、マヨネーズ、ゼリーの素、米、ごま油	牛豚ミンチ、豚ミンチ、ツナ、卵、鶏豚ミンチ、牛乳	玉ねぎ、人参、ブロッコリー、コーン、小松菜、えのき	トマトピューレ、ケチャップ、中濃ソース、コンソメ、鶏がらだし、中華だし、塩、こしょう、醤油、麦茶	ビスコ 牛乳 チャーハン(おにぎり) 麦茶
6 水 納豆ご飯 鮭の塩焼き もやしのツナ和え 味噌汁	米、麩、コッペパン、グラニュー糖	納豆、鮭、ツナ、油揚げ、味噌、きな粉、牛乳	ほうれん草、人参、もやし	塩、醤油、中華ドレッシング、和風だし、麦茶	サッポロポテト 麦茶 きなこ揚げパン 牛乳
7 木 ご飯 カレイの竜田揚げ(ココ味) 切干大根の煮物 豚汁	米、片栗粉、サラダ油、じゃが芋、砂糖、ホットケーキミックス	カレイ、青さのり、油揚げ、豚バラ肉、豆腐、味噌、牛乳	おろし生姜、切干大根、人参、しめじ、ごぼう、大根、白ねぎ、バナナ	醤油、料理酒、塩、みりん、和風だし、コリアンダー、麦茶	ルヴァン 麦茶 フライドポテト 牛乳
8 金 チキンカレー 春雨サラダ オレンジ 卵スープ(ねぎ)	米、押し麦、じゃが芋、サラダ油、カレーフレーク、春雨、コーンフレーク	鶏ミンチ、魚肉ソーセージ、錦糸卵、卵、牛乳	玉ねぎ、人参、グリーンピース、きゅうり、人参、オレンジ、青ねぎ	ケチャップ、中華ドレッシング、昆布つゆ白だし、料理酒、みりん、麦茶	どうぶつビスケット 麦茶 コーンフレーク 牛乳
9 土 ソース焼きそば きょうざ わかめスープ	焼きそば麺、サラダ油、砂糖	鶏豚ミンチ、青さのり、餃子、わかめ、きな粉、牛乳	キャベツ、人参、玉ねぎ、白ねぎ、バナナ	オイスターソース、中濃ソース、中華だし、中華ドレッシング、塩、醤油、麦茶	ソフトサラダ 麦茶 ぼななきなご 牛乳
11 月 ご飯 マーボー豆腐 揚げしゅうまい 中華スープ	米、サラダ油、ごま油	鶏豚ミンチ、大豆ミンチ、豆腐、味噌、焼売、牛乳	玉ねぎ、人参、白ねぎ、おろし生姜、白菜、人参、バナナ	中華だし、醤油、塩、こしょう、チョコソース、カラースプレー、麦茶	マリービスケット 麦茶 チョコバナナ 牛乳
12 火 ご飯 さばの味噌煮 もやし中華サラダ けんちん汁	米、砂糖、里芋、焼きそば麺、サラダ油	さば、味噌、魚肉ソーセージ、錦糸卵、豆腐、ウインナー、青さのり、牛乳	生姜、もやし、人参、きゅうり、大根、青ねぎ、ごぼう、キャベツ、玉ねぎ	料理酒、醤油、みりん、昆布つゆ白だし、オイスターソース、中濃ソース、中華だし、麦茶	ハーベスト 牛乳 ソース焼きそば 麦茶
13 水 かきたまうどん さつまいもの天ぷら マスカットゼリー	うどん、片栗粉、さつまいも、天ぷら粉、サラダ油、ゼリーの素、米	卵、わかめ、牛乳	玉ねぎ、人参	みりん、料理酒、醤油、和風だし、麦茶	サッポロポテト 牛乳 焼きおにぎり 麦茶
14 木 ご飯(ごまなしかつおふりかけ) 豚の生姜焼き ひじきサラダ 味噌汁	米、砂糖、マヨネーズ、じゃが芋、片栗粉、サラダ油	青さのり、豚もも肉、ひじき、ツナ、豆腐、味噌、牛乳	玉ねぎ、おろし生姜、人参、なめこ	ごまなしかつおふりかけ、醤油、料理酒、塩、和風だし、みりん、麦茶	星たべよ 麦茶 味噌ポテト 牛乳
15 金 そぼろちらし 金平ごぼう バナナ すまし汁	米、砂糖、サラダ油、ごま油、てまり麩、食パン	鶏ミンチ、大豆ミンチ、錦糸卵、きざみのり、卵、牛乳	きぬさや、人参、ごぼう、バナナ、貝割れ	料理酒、みりん、醤油、昆布つゆ白だし、麦茶	かつばえびせん 麦茶 フレンチトースト 牛乳
16 土 ご飯 おやこ煮 わかめ中華和え 味噌汁	米、サラダ油、砂糖、焼きドーナツ	鶏むね肉、わかめ、錦糸卵、豆腐、味噌、牛乳	玉ねぎ、人参、きぬさや、コーン、きゅうり、大根の葉	昆布つゆ、醤油、中華ドレッシング、和風だし、麦茶	ビスコ 麦茶 焼きドーナツ(豆乳) 牛乳

※仕入れにより献立を変更する場合がございます。

🍎🍌🍌🍌🍌 2024年11月献立表うさぎ・ぱんだ② 🍌🍌🍌🍌🍌

献立名	材料名				午前 (3歳児未満) おやつ 午後
	熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	その他	
18 月 ご飯 タラのチーズ焼き(ソテー) フルーツヨーグルト コンソメスープ	米、砂糖、マーガリン、フライドポテト、サラダ油	たら、チーズ、ベーコン、ヨーグルト、味噌、ヤクルト	ほうれん草、りんご缶、白菜、人参	塩、ケチャップ、醤油、こしょう、コンソメ、麦茶	ソフトサラダ 麦茶 フライドポテト ヤクルト
19 火 ソース焼きそば メンチカツ バナナ 卵スープ	焼きそば麺、サラダ油、米	ウインナー、青さのり、メンチカツ、卵、鮭、焼きのり、牛乳	キャベツ、人参、玉ねぎ、もやし、バナナ、白ねぎ	オイスターソース、中濃ソース、中華だし、料理酒、みりん、昆布つゆ白だし、塩、麦茶	どうぶつビスケット 牛乳 鮭おにぎり 麦茶
20 水 ご飯(やさしいふりかけ) 照り焼きチキン(人参しりしり) いちごゼリー 味噌汁	米、片栗粉、サラダ油、ゼリーの素、麩、砂糖、マーガリン	鶏もも肉、ツナ、卵、豆腐、味噌、きな粉、牛乳	人参、小松菜	やさしいふりかけ、蒲焼のたれ、みりん、塩、こしょう、醤油、昆布つゆ、和風だし、麦茶	マリービスケット 麦茶 きなこの麩うす 牛乳
21 木 コロックパン コールスローサラダ オレンジ スープ	食パン、牛肉コロック、サラダ油、マヨネーズ、米、砂糖	ツナ、鶏ミンチ、牛乳	キャベツ、人参、コーン、オレンジ、ほうれん草、玉ねぎ	中濃ソース、醤油、塩、コンソメ、鶏がらだし、料理酒、みりん、麦茶	サッポロポテト 牛乳 そぼろおにぎり 麦茶
22 金 ご飯 魚の蒲焼 ひじきの煮物 味噌汁	米、片栗粉、サラダ油、砂糖、クラッカー、せんべい	メルルーサ、ひじき、油揚げ、大豆水煮、味噌、牛乳	人参、大根、大根の葉	蒲焼のたれ、みりん、醤油、料理酒、和風だし、麦茶	アスパラビスケット 麦茶 ルヴァンパン 牛乳
25 月 わかめご飯 カレイの煮付け 春雨炒め 味噌汁	米、砂糖、春雨、サラダ油、ごま油	わかめご飯の素、カレイ、鶏豚ミンチ、卵、味噌、きな粉、牛乳	生姜、玉ねぎ、人参、もやし、にら、えのき、キャベツ、バナナ	醤油、料理酒、みりん、中華だし、和風だし、塩、麦茶	かつばえびせん 麦茶 ぼななきなご 牛乳
26 火 ご飯 おやこ煮 もやしのツナ和え 味噌汁	米、さつまいも、サラダ油、グラニュー糖	鶏むね肉、卵、ツナ、豆腐、味噌、牛乳	玉ねぎ、人参、きぬさや、ほうれん草、もやし、なめこ	昆布つゆ、醤油、中華ドレッシング、和風だし、麦茶	ルヴァン 麦茶 さつまいもスティック 牛乳
27 水 味噌ラーメン 春巻き バナナ	ラーメン、ごま油、サラダ油、米	豚肩肉、味噌、春巻、牛乳	人参、キャベツ、もやし、にら、おろし生姜、バナナ	鶏がらだし、醤油、中華だし、のりたまふりかけ、麦茶	ビスコ 牛乳 卵ふりかけおにぎり 麦茶
28 木 納豆ご飯 鮭の塩焼き 肉じゃが 味噌汁	米、じゃが芋、サラダ油、砂糖、食パン	納豆、鮭、豚バラ肉、豆腐、味噌、チーズ、牛乳	玉ねぎ、人参、きぬさや、大根の葉	塩、醤油、料理酒、みりん、昆布つゆ、和風だし、麦茶	ソフトサラダ 麦茶 チーズトースト 牛乳
29 金 ☆バターライス ハンバーグ(ブロッコリー&マヨ) ★ラフランス ポトフスープ	米、マーガリン、パン粉、砂糖、マヨネーズ、じゃが芋、ホットケーキミックス、サラダ油	鶏豚ミンチ、牛豚ミンチ、豆腐、牛乳、卵、ウインナー	玉ねぎ、人参、ブロッコリー、キャベツ	コンソメ、塩、ケチャップ、中濃ソース、麦茶	ハーベスト 麦茶 キャロットケーキ 牛乳
30 土 ご飯 ささみチーズフライ ブロッコリーサラダ 味噌汁	米、サラダ油、マヨネーズ、麩、焼きドーナツ	ささみチーズフライ、ツナ、味噌、牛乳	ブロッコリー、コーン、人参、小松菜	中濃ソース、塩、こしょう、和風だし、麦茶	マリービスケット 麦茶 焼きドーナツ(チョコ) 牛乳

☆誕生会メニュー
★季節の果物
プレミアムスイーツ



～鍋料理は栄養満点～

木枯らしが吹いて肌寒くなってきたら鍋の季節！肉や野菜を入れて煮るだけの手軽さに加え、栄養バランスが整いやすいのも鍋の魅力になります。鍋を囲んで楽しいおしゃべりや笑顔も、鍋の栄養成分です。



2024年11月献立表①

献立名	材料名				午前 (3歳児未満)
	熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	その他	午後
1 炊き込みご飯 魚のオーロラソース 青りんごゼリー 味噌汁	米、片栗粉、サラダ油、砂糖、ゼリーの素、食パン、いちごジャム、ブルーベリージャム	鶏むね肉、油揚げ、メルルーサ、味噌、牛乳	人参、白菜	和風だし、料理酒、みりん、昆布つゆ白だし、醤油、中濃ソース、ケチャップ、麦茶	マリービスケット 麦茶 サンドイッチ 牛乳
2 ご飯 白身魚のフライ(ミニポテト) ひじきサラダ 味噌汁	米、サラダ油、ミニポテト、マヨネーズ、麩、ドームケーキ	たらのフライ、青さのり、ひじき、ツナ、味噌、牛乳	人参、小松菜	中濃ソース、塩、和風だし、麦茶	ハーベスト 麦茶 ドームケーキ 牛乳
5 ミートソースパゲティ ブロッコリーサラダ ぶどうゼリー コンソメスープ	スパゲティ、ハヤシフレック、砂糖、小麦粉、マヨネーズ、ゼリーの素、米、ごま油	牛豚ミンチ、豚ミンチ、ツナ、卵、鶏豚ミンチ、牛乳	玉ねぎ、人参、ブロッコリー、コーン、小松菜、えのき	トマトピューレ、ケチャップ、中濃ソース、コンソメ、鶏がらだし、中華だし、塩、こしょう、醤油、麦茶	ビスコ 牛乳 チャーハン(おにぎり) 麦茶
6 納豆ご飯 鮭の塩焼き もやしのツナ和え 味噌汁	米、麩、コッペパン、グラニュー糖	納豆、鮭、ツナ、油揚げ、味噌、きな粉、牛乳	ほうれん草、人参、もやし	塩、醤油、中華ドレッシング、和風だし、麦茶	ソッポロポテト 麦茶 きなこ揚げパン 牛乳
7 ご飯 カレイの竜田揚げ(コロコロ) 切干大根の煮物 豚汁	米、片栗粉、サラダ油、じゃが芋、砂糖、ホットケーキミックス	カレイ、青さのり、油揚げ、豚バラ肉、豆腐、味噌、牛乳	おろし生姜、切干大根、人参、しめじ、ごぼう、大根、白ねぎ、バナナ	醤油、料理酒、塩、みりん、和風だし、コリアン、麦茶	ルヴァン 麦茶 ブラウニーバナナケーキ 牛乳
8 チキンカレー 春雨サラダ オレンジ 卵スープ(ねぎ)	米、押し麦、じゃが芋、サラダ油、カレーフレック、春雨、コンフレック	鶏ミンチ、魚肉ソーセージ、錦糸卵、卵、牛乳	玉ねぎ、人参、グリーンピース、きゅうり、人参、オレンジ、青ねぎ	ケチャップ、中華ドレッシング、昆布つゆ白だし、料理酒、みりん、麦茶	どうぶつビスケット 麦茶 コーンフレーク 牛乳
9 ソース焼きそば きょうざ わかめスープ	焼きそば麺、サラダ油、砂糖	鶏豚ミンチ、青さのり、餃子、わかめ、きな粉、牛乳	キャベツ、人参、玉ねぎ、白ねぎ、バナナ	オイスターソース、中濃ソース、中華だし、中華ドレッシング、塩、醤油、麦茶	ソフトサラダ 麦茶 きなこ 牛乳
11 ご飯 マーボー豆腐 揚げ餃子 中華スープ	米、サラダ油、ごま油、	鶏豚ミンチ、大豆ミンチ、豆腐、味噌、餃子、牛乳	玉ねぎ、人参、白ねぎ、おろし生姜、白菜、人参、バナナ	中華だし、醤油、塩、こしょう、チョコソース、カラースプレー、麦茶	マリービスケット 麦茶 チョコバナナ 牛乳
12 ご飯 さばの味噌煮 もやし中華サラダ けんちん汁	米、砂糖、里芋、焼きそば麺、サラダ油	さば、味噌、魚肉ソーセージ、錦糸卵、豆腐、ウインナー、青さのり、牛乳	生姜、もやし、人参、きゅうり、大根、青ねぎ、ごぼう、キャベツ、玉ねぎ	料理酒、醤油、中華ドレッシング、みりん、昆布つゆ白だし、オイスターソース、中濃ソース、中華だし、麦茶	ハーベスト 牛乳 ソース焼きそば 麦茶
13 かきたまうどん さつまいもの天ぷら マスカットゼリー	うどん、片栗粉、さつまいも、天ぷら粉、サラダ油、ゼリーの素、米	卵、わかめ、牛乳	玉ねぎ、人参	みりん、料理酒、醤油、和風だし、麦茶	ソッポロポテト 牛乳 焼きおにぎり 麦茶
14 ご飯(ごまなしかつおふりかけ) 豚の生姜焼き ひじきサラダ 味噌汁	米、砂糖、マヨネーズ、じゃが芋、片栗粉、サラダ油	青さのり、豚もも肉、ひじき、ツナ、豆腐、味噌、牛乳	玉ねぎ、おろし生姜、人参、なめこ	ごまなしかつおふりかけ、醤油、料理酒、塩、和風だし、みりん、麦茶	星たべよ 麦茶 味噌ポテト 牛乳
15 そぼろちらし 金平ごぼう バナナ すまし汁	米、砂糖、サラダ油、ごま油、てまり麩、食パン	鶏ミンチ、大豆ミンチ、錦糸卵、きざみのり、卵、牛乳	きぬさや、人参、ごぼう、バナナ、貝割れ	料理酒、みりん、醤油、昆布つゆ白だし、麦茶	かっぱえびせん 麦茶 フレンチトースト 牛乳
16 ご飯 おやこ煮 わかめ中華和え 味噌汁	米、サラダ油、砂糖、焼きドーナツ	鶏むね肉、わかめ、錦糸卵、豆腐、味噌、牛乳	玉ねぎ、人参、きぬさや、コーン、きゅうり、大根の葉	昆布つゆ、醤油、中華ドレッシング、和風だし、麦茶	ビスコ 麦茶 焼きドーナツ(豆乳) 牛乳

※仕入れにより献立を変更する場合がございます。

2024年11月献立表②

献立名	材料名				午前 (3歳児未満)
	熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	その他	午後
18 ご飯 タラのチーズ焼き(ソテー) フルーツヨーグルト コンソメスープ	米、砂糖、マーガリン、フライドポテト、サラダ油	たら、チーズ、ベーコン、ヨーグルト、味噌、ヤクルト	ほうれん草、りんご、白菜、人参	塩、ケチャップ、醤油、こしょう、コンソメ、麦茶	ソフトサラダ 麦茶 フライドポテト ヤクルト
19 ソース焼きそば メンチカツ バナナ 卵スープ	焼きそば麺、サラダ油、米	ウインナー、青さのり、メンチカツ、卵、鮭、焼きのり、牛乳	キャベツ、人参、玉ねぎ、もやし、バナナ、青ねぎ	オイスターソース、中濃ソース、中華だし、料理酒、みりん、昆布つゆ白だし、塩、麦茶	どうぶつビスケット 牛乳 鮭おにぎり 麦茶
20 ご飯(やさいふりかけ) 照り焼きチキン(人参しりしり) いちごゼリー 味噌汁	米、片栗粉、サラダ油、砂糖、ゼリーの素、麩、砂糖、マーガリン	鶏もも肉、ツナ、卵、豆腐、味噌、きな粉、牛乳	人参、小松菜	やさいふりかけ、蒲焼のたれ、みりん、塩、こしょう、醤油、昆布つゆ、和風だし、麦茶	マリービスケット 麦茶 きなこの麩ラスク 牛乳
21 コロケパン コールスローサラダ オレンジ スープ	食パン、牛肉コロケ、サラダ油、マヨネーズ、米、砂糖	ツナ、鶏ミンチ、牛乳	キャベツ、人参、コーン、オレンジ、ほうれん草、玉ねぎ	中濃ソース、醤油、塩、コンソメ、鶏がらだし、料理酒、みりん、麦茶	ソッポロポテト 牛乳 そぼろおにぎり 麦茶
22 ご飯 魚の蒲焼 ひじきの煮物 味噌汁	米、片栗粉、サラダ油、砂糖、クラッカー、せんべい	メルルーサ、ひじき、油揚げ、大豆水煮、味噌、牛乳	人参、大根、大根の葉	蒲焼のたれ、みりん、醤油、料理酒、和風だし、麦茶	ちよぼちよぼ/アスパラ 麦茶 ルヴァン/アンパンマンせんべい 牛乳
25 わかめご飯 カレイの煮付け 春雨炒め 味噌汁	米、砂糖、春雨、サラダ油、ごま油	わかめご飯の素、カレイ、鶏豚ミンチ、卵、味噌、きな粉、牛乳	生姜、玉ねぎ、人参、もやし、にら、えのき、キャベツ、バナナ	醤油、料理酒、みりん、中華だし、和風だし、塩、麦茶	かっぱえびせん 麦茶 きなこ 牛乳
26 ご飯 おやこ煮 もやしのツナ和え 味噌汁	米、さつまいも、サラダ油、グラニュー糖	鶏むね肉、卵、ツナ、豆腐、味噌、牛乳	玉ねぎ、人参、きぬさや、ほうれん草、もやし、なめこ	昆布つゆ、醤油、中華ドレッシング、和風だし、麦茶	ルヴァン 麦茶 さつまいもスティック 牛乳
27 味噌ラーメン 春巻き バナナ	ラーメン、ごま油、サラダ油、米、砂糖	豚肩肉、味噌、春巻、牛乳	人参、キャベツ、もやし、にら、おろし生姜、バナナ	鶏がらだし、醤油、中華だし、のりたまふりかけ、麦茶	ビスコ 牛乳 卵ふりかけおにぎり 麦茶
28 納豆ご飯 鮭の塩焼き 肉じゃが 味噌汁	米、じゃが芋、サラダ油、砂糖、食パン	納豆、鮭、豚バラ肉、豆腐、味噌、チーズ、牛乳	玉ねぎ、人参、きぬさや、大根の葉	塩、醤油、料理酒、みりん、昆布つゆ、和風だし、麦茶	ソフトサラダ 麦茶 チーズトースト 牛乳
29 ☆バターライス ハンバーグ(アロココ&マヨ) ★フランス ポトフスープ	米、マーガリン、パン粉、砂糖、マヨネーズ、じゃが芋、ホットケーキミックス、サラダ油	鶏豚ミンチ、牛豚ミンチ、豆腐、牛乳、卵、ウインナー	玉ねぎ、人参、ブロッコリー、キャベツ	コンソメ、塩、ケチャップ、中濃ソース、麦茶	ハーベスト 麦茶 キャロットケーキ 牛乳
30 ご飯 ささみチーズフライ ブロッコリーサラダ 味噌汁	米、サラダ油、マヨネーズ、麩、焼きドーナツ	ささみチーズフライ、ツナ、味噌、牛乳	ブロッコリー、コーン、人参、小松菜	中濃ソース、塩、こしょう、和風だし、麦茶	マリービスケット 麦茶 焼きドーナツ(チョコ) 牛乳

☆誕生会メニュー
★季節の果物
プレミアムスイーツ



～鍋料理は栄養満点～

木枯らしが吹いて肌寒くなってきたら鍋の季節！肉や野菜を入れて煮るだけの手軽さに加え、栄養バランスが整いやすいのも鍋の魅力になります。鍋を囲んで楽しいおしゃべりや笑顔も、鍋の栄養成分です。

