



2025年11月献立表



	献立名	材料名				午前 (3歳児未満) 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 土	ご飯 白身魚フライ(ミニポテト) ひじきサラダ 味噌汁(揚げ・ほうれん草)	米、サラダ油、ミニポテト、マヨネーズ、焼きドーナツ(豆乳)	白身魚フライ、青さのり、ツナフレーク、ひじき、油揚げ、味噌、牛乳	人参、ほうれん草	中濃ソース、塩、醤油、和風だし、麦茶	ハーベスト 麦茶 焼きドーナツ(豆乳)
4 火	ご飯 カレーの煮つけ ブロッコリーサラダ 味噌汁(白菜・豆腐)	米、砂糖、おつゆ、バター入りマーガリン、きな粉	カレー、ツナフレーク、豆腐、味噌、牛乳	生姜、ブロッコリー、人参、コーン、白菜	醤油、料理酒、みりん、中華ドレッシング、和風だし、麦茶	ビスコ 麦茶 きなこ麺のラスク
5 水	ミートソーススパゲティ コールスローサラダ オレンジゼリー コンソメスープ(小松菜・大根)	スパゲティ、砂糖、小麦粉、ゼリーの素、米	合挽ミンチ、豚ミンチ、ツナフレーク、わかめ、ご飯の素、牛乳	玉ねぎ、人参、キャベツ、きゅうり、コーン、小松菜、大根	トマトピューレ、ケチャップ、中濃ソース、ハヤシフレーク、コンソメ、イタリアンドレッシング、塩、こしょう、鶏がらだし、麦茶	やわらかおかし(コンボージュ) 牛乳 わかめおにぎり 麦茶
6 木	ご飯 さばの竜田揚げ(コロコロポテト) 小松菜ともやしの磯和え 豚汁	米、片栗粉、サラダ油、ポテト、さつま芋、グラニュー糖	さば、青さのり、きざみのり、豚バラスライス、豆腐、味噌、牛乳	おろし生姜、小松菜、人参、もやし、ぶなしめじ、ごぼう、大根、ねぎ	醤油、料理酒、和風だし、麦茶	ルヴァン 麦茶 さつま芋スティック 牛乳
7 金	チキンカレー 春雨サラダ オレンジ わかめスープ(ねぎ)	米、押麦、ポテト、春雨、コーンフレーク	鶏ミンチ、お魚ソーセージ、わかめ、牛乳	玉ねぎ、人参、きゅうり、ねぎ、オレンジ	ケチャップ、カレーフレーク、中華ドレッシング、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
8 土	ご飯 ささみチーズフライ 大根ツナサラダ 味噌汁(キャベツ・豆腐)	米、サラダ油、マヨネーズ、ドームケーキ	ささみチーズフライ、ツナフレーク、豆腐、味噌、牛乳	大根、きゅうり、人参、キャベツ	中濃ソース、和風だし、麦茶	ソフトサラダ 麦茶 ドームケーキ 牛乳
10 月	ご飯 マーボー豆腐 春巻き 中華スープ(菜の花・コーン)	米、片栗粉、ごま油、サラダ油、マカロニ、きな粉、砂糖	鶏豚ミンチ、大豆ミンチ、豆腐、味噌、春巻き、牛乳	玉ねぎ、人参、ねぎ、おろし生姜、菜の花、コーン	中華だし、醤油、塩、こしょう、麦茶	マリービスケット 麦茶 きなこマカロニ 牛乳
11 火	ご飯 たらの西京焼き もやしのツナ和え スープ(白菜・揚げ)	米、砂糖、焼きそば麺、サラダ油	たら、白みそ、ツナフレーク、厚揚げ、鶏豚ミンチ、青さのり、牛乳	ほうれん草、人参、もやし、白菜、キャベツ、玉ねぎ	料理酒、みりん、白だし、中濃ソース、中華ドレッシング、中華だし、麦茶	ハーベスト 牛乳 ソース焼きそば 麦茶
12 水	かきたまうどん さつま芋天ぷら マスカットゼリー	うどん、片栗粉、さつま芋、てんぷら粉、サラダ油、ゼリーの素、米	卵、わかめ、牛乳	玉ねぎ、人参	昆布つゆ、醤油、みりん、和風だし、麦茶	サッポロポテト 牛乳 焼きおにぎり 麦茶
13 木	ご飯(ごまなしふりかけ) 豚肉の生姜焼き ひじきサラダ 味噌汁(なめこ・豆腐)	米、砂糖、マヨネーズ、食パン、グラニュー糖、マーガリン	青さのり、モモ肉、ツナフレーク、ひじき、豆腐、味噌、牛乳	玉ねぎ、人参、おろし生姜、なめこ	ごまなしふりかけ、醤油、料理酒、和風だし、麦茶	蜜たべよ 麦茶 ジュガートー 牛乳
14 金	ご飯 金平ごぼう バナナ すまし汁(えのき・ねぎ)	米、砂糖、サラダ油、ごま油、じゃがいも、片栗粉、サラダ油	鶏ミンチ、大豆ミンチ、鶏糸卵、きざみのり、味噌、牛乳	人参、ごぼう、バナナ、えのき、きぬさや、ねぎ	料理酒、みりん、醤油、白だし、麦茶	やわらかおかし(きぬこ) 麦茶 みそポテト 牛乳
15 土	ご飯 おやこ煮 わかめの中華和え 味噌汁(豆腐・菜)	米、焼きドーナツ(チョコ)	むね肉、卵、わかめ、鶏糸卵、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(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。



2025年11月献立表



	献立名	材料名				午前 (3歳児未満) 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	
17 月	ご飯 厚揚げのそぼろ炒め ブロッコリーサラダ すまし汁(わかめ・ねぎ)	米、サラダ油、砂糖、片栗粉、フライドポテト	厚揚げ、鶏豚ミンチ、大豆ミンチ、ツナフレーク、わかめ、ヤクルト	玉ねぎ、人参、ぶなしめじ、にら、ブロッコリー、コーン、ねぎ	料理酒、中華だし、醤油、中華ドレッシング、白だし、みりん、塩、ケチャップ、麦茶	ソフトサラダ 麦茶 フライドポテト(ケチャップ) ヤクルト
18 火	ご飯 さばのみそ煮 切り干し大根 けんちん汁	米、砂糖、里芋、サラダ油、食パン	さば、味噌、油揚げ、豆腐、卵、牛乳	生姜、切干大根、人参、きぬさや、大根、ねぎ、ごぼう	料理酒、醤油、みりん、和風だし、白だし、麦茶	どうぶつビスケット 麦茶 フレンチトースト 牛乳
19 水	食パン クリームシチュー 蒸し鶏のサラダ オレンジ	食パン、じゃがいも、サラダ油、米	鶏肉、ささみ、鶏ほぐし身、焼きのり、牛乳	玉ねぎ、人参、ブロッコリー、きゅうり、コーン、オレンジ	シチュー、ごまドレッシング、塩、麦茶	マリービスケット 牛乳 鮭おにぎり 麦茶
20 木	ご飯 タラのチーズ焼き(ほうれん草・ソイ) いちごゼリー コンソメスープ(人参・コーン)	米、砂糖、チーズ、マーガリン、ゼリーの素、クレープパウダー	たら、ベーコン、牛乳	ほうれん草、人参、コーン	塩、ケチャップ、醤油、こしょう、コンソメ、鶏がらだし、麦茶	やわらかおかし(のり塩) 麦茶 クレープパウダー 牛乳
21 金	ご飯(鮭ふりかけ) 照り焼きチキ(人参・しりしり) みかんヨーグルト 味噌汁(揚げ・小松菜)	米、片栗粉、サラダ油、砂糖、ビスケット、せんべい	モモ肉、ツナフレーク、卵、ヨーグルト、油揚げ、味噌、牛乳	人参、みかん缶、小松菜	鮭ふりかけ、蒲焼のたれ、みりん、醤油、和風だし、麦茶	ちよぼちよぼ/アスバラ 麦茶 ルヴァン/アンパンマン 牛乳
22 土	チャーハン カレーコロッケ 中華スープ(玉ねぎ・菜)	米、ごま油、サラダ油、ドームケーキ	卵、鶏豚ミンチ、カレーコロッケ、牛乳	人参、玉ねぎ、大根の葉	中華だし、塩、こしょう、中濃ソース、鶏がらだし、醤油、麦茶	豆乳ウエハース 麦茶 ドームケーキ 牛乳
25 火	ご飯 おやこ煮 ひじきサラダ 味噌汁(なめこ・わかめ)	米、マヨネーズ、コッペパン、サラダ油	むね肉、卵、ツナフレーク、ひじき、わかめ、味噌、牛乳	玉ねぎ、人参、きぬさや、なめこ	昆布つゆ、醤油、和風だし、ココア、麦茶	かつぱえびせん 麦茶 ココア揚げパン 牛乳
26 水	きのこご飯 魚のオロソース もやし中華サラダ 味噌汁(豆腐・キャベツ)	米、片栗粉、サラダ油、砂糖、きなこ、小麦粉	油揚げ、メルルーサ、お魚ソーセージ、鶏糸卵、豆腐、味噌、牛乳	ぶなしめじ、しいたけ、人参、もやし、きゅうり、キャベツ	和風だし、料理酒、みりん、白だし、醤油、中濃ソース、ケチャップ、中華ドレッシング、麦茶	ルヴァン 麦茶 きなこクッキー 牛乳
27 木	☆ 炊き込みご飯 ハンバーグ(ブロッコリー) プリン コンソメスープ(えのき・ほうれん草)	米、パン粉、砂糖、プリンの素、ホットケーキミックス、サラダ油、ホイップクリーム	むね肉、厚揚げ、鶏豚ミンチ、合挽ミンチ、豆腐、卵、牛乳	人参、玉ねぎ、ブロッコリー、えのき、ほうれん草、バナナ	和風だし、料理酒、みりん、白だし、醤油、コンソメ、塩、ケチャップ、中濃ソース、鶏がらだし、ココア、カラスプレー、麦茶	ビスコ 麦茶 バナナバナナケーキ 牛乳
28 金	納豆ご飯 鮭の塩焼き 肉じゃが 味噌汁(揚げ・菜の花)	米、じゃが芋、サラダ油、砂糖、食パン、チーズ	納豆、鮭、豚バラスライス、油揚げ、味噌、牛乳	玉ねぎ、人参、きぬさや、菜の花	塩、醤油、料理酒、みりん、和風だし、ケチャップ、麦茶	ソフトサラダ 麦茶 チーズトースト 牛乳
29 土	ご飯 ソース焼きそば 焼き餃子 わかめスープ(玉ねぎ)	焼きそば麺、サラダ油、きな粉、砂糖	ウインナー、青さのり、ぎょうざ、わかめ、牛乳	人参、キャベツ、玉ねぎ、もやし、バナナ	中濃ソース、中華だし、醤油、白だし、料理酒、みりん、塩、麦茶	マリービスケット 麦茶 バナナきなこ 牛乳



※仕入れにより献立を変更する場合がございます。