11月　献立表　幼児食

2026 年　11 月　　宮ヶ迫保育園

日付	献立名		食材名			
	昼食	おやつ （○朝おやつ◎昼おやつ）	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	エネルギーになるもの	その他
2 月	かき揚げ トマト みそ汁 りんご	○牛乳 ◎お菓子 ◎ジョア	☆むきえび、☆卵、☆木綿豆腐、☆油揚げ、☆煮干し、☆麦みそ、☆牛乳、☆ジョア	☆たまねぎ、☆にんじん、☆ピーマン、☆トマト、☆ねぎ、☆わかめ、☆りんご	☆さつまいも、☆小麦粉、☆コーンスターチ、☆サラダ油	☆食塩、☆お菓子
4 水	麻婆豆腐 生酢 バナナ	○牛乳 ◎チーズ ◎お菓子 ◎牛乳	☆木綿豆腐、☆豚ひき肉、☆赤みそ、☆牛乳、☆スライスチーズ	☆たまねぎ、☆にんじん、☆えのきたけ、☆にら、☆干ししいたけ、☆きゅうり、☆わかめ、☆バナナ	☆砂糖、☆ごま油、☆かたくり粉、☆いりごま	☆しょうゆ、☆鶏がらだし、☆穀物酢、☆お菓子
5 木	洋風がんもどき 蒸しブロッコリー ほうれん草のミモザ和え パイン缶	○牛乳 ◎ヨーグルト ◎お茶	☆木綿豆腐、☆水煮大豆、☆しらす干し、☆卵、☆牛乳、☆ヨーグルト	☆干しひじき、☆キャベツ、☆にんじん、☆ブロッコリー、☆ほうれんそう、☆パイナップル缶	☆かたくり粉、☆サラダ油、☆砂糖、☆クリームパン	☆食塩、☆トマトケチャップ、☆お好み焼きソース、☆穀物酢、☆しょうゆ、☆麦茶
6 金	魚の焼き漬け スティックきゅうり 豚汁 りんご	○牛乳 ◎クリームパン ◎牛乳	☆さば、☆白身魚（乳児）、☆豚ばら肉、☆油揚げ、☆麦みそ、☆牛乳	☆ねぎ、☆しょうが、☆きゅうり、☆だいこん、☆にんじん、☆ごぼう、☆りんご	☆砂糖、☆さつまいも、☆糸こんにゃく	☆しょうゆ、☆穀物酢、☆食塩
7 土	ちゃんぽん麺 かぼちゃのグラッセ パイン缶	○牛乳 ◎お菓子 ◎牛乳	☆豚もも肉、☆卵、☆蒸しかまぼこ、☆牛乳	☆はくさい、☆たまねぎ、☆細もやし、☆にんじん、☆ねぎ、☆かぼちゃ、☆パイナップル缶	☆中華めん、☆サラダ油、☆有塩バター、☆砂糖	☆シャンタン、☆食塩、☆鶏がらだし、☆お菓子
9 月	カレー ツナサラダ りんご	○牛乳 ◎お菓子 ◎牛乳	☆合ミンチ、☆ツナ缶、☆牛乳	☆たまねぎ、☆にんじん、☆はくさい、☆わかめ、☆りんご	☆じゃがいも、☆サラダ油、☆カレールウ、☆いりごま、☆砂糖	☆コンソメ、☆しょうゆ、☆穀物酢、☆本みりん、☆お菓子
10 火	レモンチキン 付け合わせ じゃが芋の甘煮 オレンジ	○牛乳 ◎お菓子 ◎牛乳	☆鶏もも肉、☆煮干し、☆牛乳	☆レモン、☆レタス、☆サニーレタス、☆にんじん、☆ネーブルオレンジ	☆小麦粉、☆有塩バター、☆砂糖、☆じゃがいも	☆塩こしょう、☆しょうゆ、☆お菓子
11 水	白身魚のみそ焼き トマト スパゲティサラダ バナナ	○牛乳 ◎チーズ ◎お菓子 ◎牛乳	☆白身魚、☆麦みそ、☆牛乳、☆スライスチーズ	☆長ねぎ、☆トマト、☆きゅうり、☆たまねぎ、☆にんじん、☆コーン缶、☆バナナ	☆サラダ油、☆砂糖、☆スパゲティ	☆食塩、☆塩こしょう、☆本みりん、☆穀物酢、☆お菓子
12 木	煮込みハンバーグ 蒸しキャベツ ひじきの炒り煮 パイン缶	○牛乳 ◎牛乳 ◎さつまいも蒸しパン	☆牛ひき肉、☆豚ひき肉、☆木綿豆腐、☆卵、☆牛乳、☆煮干し、☆水煮大豆、☆かく天	☆たまねぎ、☆にんじん、☆キャベツ、☆干しひじき、☆干ししいたけ、☆パイナップル缶	☆パン粉、☆サラダ油、☆砂糖、☆さつまいも、☆ホットケーキミックス	☆塩こしょう、☆トマトケチャップ、☆ウスターソース、☆本みりん、☆しょうゆ
13 金	洋風オムレツ 蒸しブロッコリー スパゲティソテー りんご	○牛乳 ◎お菓子 ◎牛乳	☆卵、☆ベーコン、☆とろけるチーズ、☆牛乳	☆トマト、☆ピーマン、☆たまねぎ、☆ブロッコリー、☆にんじん、☆りんご	☆マカロニ、☆サラダ油、☆マヨネーズ、☆スパゲティ	☆食塩、塩こしょう、☆ケチャップー、☆トマトケチャップ、☆お菓子
14 土	すきやき風煮 ポテトサラダ パイン缶	○牛乳 ◎お菓子 ◎牛乳	☆牛もも肉、☆焼き豆腐、☆牛乳	☆はくさい、☆たまねぎ、☆にんじん、☆ごぼう、☆ねぎ、☆きゅうり、☆パイナップル缶	☆糸こんにゃく、☆砂糖、☆じゃがいも、☆マヨネーズ	☆しょうゆ、☆食塩、☆穀物酢、☆お菓子
16 月	かき揚げ トマト みそ汁 りんご	○牛乳 ◎お菓子 ◎ジョア	☆むきえび、☆卵、☆木綿豆腐、☆油揚げ、☆煮干し、☆麦みそ、☆牛乳、☆ジョア	☆たまねぎ、☆にんじん、☆ピーマン、☆トマト、☆ねぎ、☆わかめ、☆りんご	☆さつまいも、☆小麦粉、☆コーンスターチ、☆サラダ油	☆食塩、☆お菓子
17 火	豚のしょうが焼き 蒸しキャベツ マカロニサラダ オレンジ	○牛乳 ◎お菓子 ◎牛乳	☆豚もも肉、☆卵、☆牛乳	☆しょうが、☆キャベツ、☆にんじん、☆きゅうり、☆たまねぎ、☆ネーブルオレンジ	☆サラダ油、☆砂糖、☆マカロニ、☆マヨネーズ	☆しょうゆ、☆料理酒、☆塩こしょう、☆お菓子

18 水	麻婆豆腐 生酢 バナナ	○牛乳 ◎チーズ ◎お菓子 ◎牛乳	☆木綿豆腐、☆豚ひき肉、☆赤みそ、☆牛乳、☆スライスチーズ	☆たまねぎ、☆にんじん、☆えのきたけ、☆にら、☆干ししいたけ、☆きゅうり、☆わかめ、☆バナナ	☆砂糖、☆ごま油、☆かたくり粉、☆いりごま	☆しょうゆ、☆鶏がらだし、☆穀物酢、☆お菓子
19 木	洋風がんもどき 蒸しブロッコリー ほうれん草のミモザ和え パイン缶	○牛乳 ◎ヨーグルト ◎お茶	☆木綿豆腐、☆水煮大豆、☆ちりめんじゃこ、☆卵、☆牛乳、☆ヨーグルト	☆干しひじき、☆キャベツ、☆にんじん、☆ブロッコリー、☆ほうれんそう、☆パイナップル缶	☆かたくり粉、☆サラダ油、☆砂糖	☆食塩、☆トマトケチャップ、☆お好み焼きソース、☆穀物酢、☆しょうゆ、☆麦茶
20 金	魚の焼き漬け スティックきゅうり 豚汁 りんご	○牛乳 ◎クリームパン ◎牛乳	☆さば、☆白身魚（乳児）、☆豚ばら肉、☆油揚げ、☆麦みそ、☆牛乳	☆ねぎ、☆しょうが、☆きゅうり、☆だいこん、☆にんじん、☆ごぼう、☆りんご	☆砂糖、☆さつまいも、☆糸こんにゃく、☆クリームパン	☆しょうゆ、☆穀物酢、☆食塩
21 土	ちゃんぽん麺 かぼちゃのグラッセ パイン缶	○牛乳 ◎お菓子 ◎牛乳	☆豚もも肉、☆卵、☆蒸しかまぼこ、☆牛乳	☆はくさい、☆たまねぎ、☆細もやし、☆にんじん、☆ねぎ、☆かぼちゃ、☆パイナップル缶	☆中華めん、☆サラダ油、☆有塩バター、☆砂糖	☆シャンタン、☆食塩、☆鶏がらだし、☆お菓子
24 火	レモンチキン 蒸しブロッコリー じゃが芋の甘煮 オレンジ	○牛乳 ◎お菓子 ◎牛乳	☆鶏もも肉、☆煮干し、☆牛乳	☆レモン、☆ブロッコリー、☆にんじん、☆ネーブルオレンジ	☆小麦粉、☆有塩バター、☆砂糖、☆じゃがいも	☆塩こしょう、☆しょうゆ、☆お菓子
25 水	白身魚のみそ焼き トマト スパゲティサラダ バナナ	○牛乳 ◎チーズ ◎お菓子 ◎牛乳	☆白身魚、☆麦みそ、☆牛乳、☆スライスチーズ	☆長ねぎ、☆トマト、☆きゅうり、☆たまねぎ、☆にんじん、☆コーン缶、☆バナナ	☆サラダ油、☆砂糖、☆スパゲティ	☆食塩、☆塩こしょう、☆本みりん、☆穀物酢、☆お菓子
26 木	煮込みハンバーグ 蒸しキャベツ ひじきの炒り煮 パイン缶	○牛乳 ◎牛乳 ◎さつまいも蒸しパン	☆牛ひき肉、☆豚ひき肉、☆木綿豆腐、☆卵、☆牛乳、☆煮干し、☆水煮大豆、☆かく天	☆たまねぎ、☆にんじん、☆キャベツ、☆干しひじき、☆干ししいたけ、☆パイナップル缶	☆パン粉、☆サラダ油、☆砂糖、☆さつまいも、☆ホットケーキミックス	☆塩こしょう、☆トマトケチャップ、☆ウスターソース、☆本みりん、☆しょうゆ
27 金	もぶり飯 チキンカツ フライドポテト 和風サラダ パイン缶 	○牛乳 ◎お菓子 ◎牛乳	☆むきえび、☆鶏もも肉、☆卵、☆牛乳	☆にんじん、☆ごぼう、☆れんこん、☆干ししいたけ、☆塩昆布、☆トマト、☆きゅうり、☆レタス、☆コーン缶、☆わかめ、☆パイナップル缶	☆うるち米、☆さといも、☆砂糖、☆小麦粉、☆パン粉、☆サラダ油、☆フライドポテト、☆いりごま	☆しょうゆ、☆食塩、☆本みりん、☆料理酒、☆塩こしょう、☆お好み焼きソース、☆穀物酢、☆お菓子
28 土	すきやき風煮 ポテトサラダ パイン缶	○牛乳 ◎お菓子 ◎牛乳	☆牛もも肉、☆焼き豆腐、☆牛乳	☆はくさい、☆たまねぎ、☆にんじん、☆ごぼう、☆ねぎ、☆きゅうり、☆パイナップル缶	☆糸こんにゃく、☆砂糖、☆じゃがいも、☆マヨネーズ	☆しょうゆ、☆食塩、☆穀物酢、☆お菓子
30 月	カレー ツナサラダ りんご 	○牛乳 ◎お菓子 ◎牛乳	☆合ミンチ、☆ツナ缶、☆牛乳	☆たまねぎ、☆にんじん、☆はくさい、☆わかめ、☆りんご	☆じゃがいも、☆サラダ油、☆カレールウ、☆いりごま、☆砂糖	☆コンソメ、☆しょうゆ、☆穀物酢、☆本みりん、☆お菓子



9日(月)・30日(月)は「カレー」です。はしとスプーンを持たせてください。



27日はお誕生会です。主食はいりません。はしを持たせてください。

（幼児クラス）

仕入れの状況により献立・食材が変更になる場合があります。