

2025年

11 月 普通食献立 予定表

2025年				11 月 普通食献立 予定表							
				かえて保育園							
日・曜日	献立名		材 料	おやつ	日・曜日	献立名		材 料	おやつ		
1日 土	ロールパンサンド チーズ バナナ ヨーグルト	ロールパン、ウィンナー、きゅうり、イチゴジャム、ツナ チーズ バナナ ヨーグルト	牛乳 市販菓子 ゼリー		18日 火	鮭ごはん 大根のそぼろ煮 納豆とえのきほうれん草和え みそ汁	米、鮭、塩 大根、鶏ひき肉、かつお節布だし、しょうゆ、みりん、葱、砂糖、片栗粉 納豆、えのき、ほうれん草、しょうゆ、砂糖、かつおぶし、ごま油 絹ごし豆腐、わかめ、きゃべつ、かつお節布だし、米みそ	牛乳 フルーツ盛り合わせ (みかん/せんべい)			
3日 火	文化の日				19日 水	ドライカレー／豚、きゅうり きゃべつとツナとコーンサラダ チーズ	米、合挽きミンチ、たまねぎ、にんじん、きゅうり、豚、しょうが、砂糖、カレー粉、葱、ケチャップ、ウスター、しょうゆ きゃべつ、ツナ、コーン、きゅうり、にんじん、砂糖、豚、葱、オリーブオイル チーズ	牛乳 バナナケーキ (ホットケーキミックス、バナナ、砂糖、豆腐)			
4日 火	マーボー丼 もやしのナムル すまし汁 みかん	米、豚ミンチ、木綿豆腐、にんじん、たまねぎ、しめじ、白ねぎ、しょうが、米みそ、しょうゆ、砂糖、片栗粉 もやし、きゅうり、にんじん、すりごま、豚、しょうゆ、砂糖、葱、ごま油 はくさい、えのき、わかめ、かつお節布だし、しょうゆ、葱、塩 みかん	牛乳 市販菓子		20日 木	かき揚げうどん きゅうりとわかめの酢の物 煮豆	うどん、にんじん、さつまいも、三つ葉、コーン、たまねぎ、かつお節布だし、しょうゆ、葱、みりん、ベーキングパウダー きゅうり、わかめ、豚、砂糖、塩、葱、すりごま 会津豆、砂糖	牛乳 おかかチーズおにぎり (かつおぶし、チーズ、米、しょうゆ、葱、ごま油)			
5日 水	ごはん 豚肉となすの味噌炒め もやしの和え物 すまし汁	ごはん 豚肉、なす、きゃべつ、にんじん、米みそ、しょうゆ、砂糖、みりん もやし、にんじん、きゅうり、豚、砂糖、塩、油 わかめ、うすあげ、たまねぎ、かつお節布だし、しょうゆ、葱、塩	牛乳 ゆめいち		21日 金 誕生日会	ゆかりごはん チーズハンバーグ スバグティサラダ コンソメスープ ゼリー	米、ゆかり 合いびきミンチ、にんじん、たまねぎ、パン粉、豆腐、塩、ウスターソース、ケチャップ、チーズ スバグティ、ツナ、きゅうり、にんじん、豚、砂糖、マヨネーズ、葱 クリームコーン缶、たまねぎ、豆腐、米粒、コンソメ、塩 ゼリー	牛乳 誕生日ケーキ (米粉、卵、砂糖、油、 ベーキングパウダー、みかん缶、梅)			
6日 木	肉うどん 煮豆 いりこ・かえりちりめん ゼリー	うどん、豚肉、はくさい、えのき、しめじ、かつお節布だし、しょうゆ、葱、砂糖、みりん、塩 会津豆、砂糖 いりこ、かえりちりめん(乳児) ゼリー	牛乳 マシュマロクラッカー (クラッカー、マシュマロ)		22日 土	豚丼 もやしのナムル みそ汁 ゼリー	米、豚肉、たまねぎ、糸こんにゃく、しょうゆ、砂糖、葱、みりん もやし、きゅうり、白ごま、豚、しょうゆ、砂糖、葱、ごま油 絹ごし豆腐、わかめ、かつお節布だし、米みそ ゼリー	牛乳 市販菓子、バナナ			
7日 金	ごはん／えのきの佃煮 豚の味噌煮 もやしの和え物 みそ汁	米、えのき、砂糖、しょうゆ、みりん、葱 豚(乳児は細断)味噌、砂糖、みりん、葱、しょうが もやし、にんじん、きゅうり、豚、砂糖、塩、油 絹ごし豆腐、うすあげ、わかめ、はくさい、かつお節布だし、米みそ	牛乳 菓子パン		24日 月	振替休日					
8日 土	かえてフェスティバル				25日 火	ハヤシライス キャベツのコーン和え チーズ ゼリー	米、牛肉、にんじん、たまねぎ、マッシュルーム、砂糖、米粒、コンソメ、トマト缶、ウスターソース、ケチャップ、葱 きゃべつ、ツナ、コーン、にんじん、きゅうり、豚、砂糖、塩、油 チーズ ゼリー	牛乳 市販菓子			
10日 月	きのこごはん 鮭の照り焼き ひじきのサラダ かぼちゃのみそ汁	米、うすあげ、しめじ、エリンギ、にんじん、かつお節布だし、しょうゆ、みりん、葱 鮭、しょうゆ、砂糖、葱、みりん ひじき、にんじん、コーン、きゃべつ、ツナ、豚、砂糖、しょうゆ、オリーブ油 かぼちゃ、たまねぎ、かつお節布だし、米みそ	牛乳 あんこパイ (あんこ、パイ生地)		26日 水	中華丼 もやしのごま酢あえ すまし汁 ゼリー	米、豚肉、にんじん、はくさい、たまねぎ、しょうが、干しシタケ、葱、しょうゆ、砂糖、ごま油、片栗粉 もやし、きゅうり、にんじん、白ごま、豚、しょうゆ、砂糖、塩、ごま油 絹ごし豆腐、うすあげ、わかめ、かつお節布だし、しょうゆ、葱、塩 ゼリー	牛乳 ちんすこう (小麦粉、砂糖、油、塩)			
11日 火	ごはん ささみフライ マカロニサラダ みそ汁	米 ささみ、米粒、塩、パン粉、油、ケチャップ、砂糖、ウスターソース マカロニ、きゅうり、コーン、ツナ、にんじん、砂糖、塩、マヨネーズ 絹ごし豆腐、わかめ、えのき、かつお節布だし、米みそ	牛乳 スイートポテト (さつまいも、砂糖、豆腐、塩)		27日 木	ミートスバグティ ブロッコリーのツナ和え 和風スープ みかん	スバグティ、合挽きミンチ、たまねぎ、にんじん、トマト缶、ケチャップ、コンソメ、塩、しょうゆ、ウスターソース ブロッコリー、ツナ、パプリカ、にんじん、オリーブオイル、塩、豚、砂糖 絹ごし豆腐、えのき、はくさい、かつお節布だし、葱、しょうゆ、塩	牛乳 コーンおにぎり (コーン、塩)			
12日 水	ごはん チャップチェ きゅうりとわかめの酢の物 すまし汁 ゼリー	米 牛肉、はるおめ、ほうれん草、たまねぎ、にんじん、ポピーマシ、ニラ、すし梅酢、すりごま、葱、砂糖、しょうゆ、かつお節布だし、ごま油 きゅうり、わかめ、砂糖、豚、塩、油 絹ごし豆腐、えのき、葱、かつお節布だし、しょうゆ、葱、塩 ゼリー	牛乳 チーズケーキトースト (食パン、クリームチーズ、砂糖、レモン汁)		28日 金	ごはん さわらの甘酒西京焼き 小松菜としめじの納豆和え さつまいものみそ汁	米 鮭、甘酒、みそ、砂糖、みりん、塩 小松菜、納豆、にんじん、しめじ、かつおぶし、しょうゆ、砂糖、ごま油 さつまいも、たまねぎ、かつお節布だし、米みそ	牛乳 ホールドーナツ (ホットケーキミックス、卵、砂糖、卵黄、油)			
13日 木	ラーメン 白煮とにんじんのかつお和え 煮豆 みかん	中華麺、豚もも肉、しょうゆ、砂糖、みりん、もやし、コーン缶、わかめ、かつお節布だし、煮干し、葱、ごま油、塩 はくさい、にんじん、かつおぶし、しょうゆ、砂糖、油 会津豆、砂糖 みかん	牛乳 桃ゼリー／ビスケット (桃果汁、砂糖、竜眼)		29日 土	和風パスタ スープ ゼリー	ツナ、しめじ、にんじん、たまねぎ、コーン、かつお節布だし、しょうゆ、葱、砂糖、みりん、かつおぶし、のり 豆腐、わかめ、かつお節布だし、しょうゆ、塩、葱 ゼリー	牛乳 市販菓子、バナナ			
14日 金	お弁当日			お茶 菓子パン							
15日 土	ロールサンド チーズ バナナ ヨーグルト	ロールパン、ウィンナー、きゅうり、イチゴジャム、ツナ チーズ バナナ ヨーグルト	牛乳 市販菓子、ゼリー								
17日 月	鮭ごはん 赤魚のカレー揚げ もやしのサラダ みそ汁	米、鮭 赤魚、砂糖、カレー粉、塩、油 もやし、ツナ、にんじん、コーン、砂糖、塩、しょうゆ、ごま油 大根、はくさい、にんじん、かつお節布だし、米みそ	牛乳 市販菓子／バナナ								

※延滞のおやつはビスケット・せんべい・おかき・芋けんぴを日替わりで使用しています。
※納品の都合上、内容を変更する場合があります。
※かえて保育園では食材は基本国産のものを使用しています。

※1、2歳児クラスは毎朝牛乳を飲みます。
※0、1歳児はマヨネーズの代わりにドレッシング

(酢、砂糖、塩、油)で提供しています。