

2025年				11 月 完了食献立 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	ロールパン、ウインナー、きゅうり、イチゴジャム、ツナ		牛乳 市販菓子 ゼリー	18日	火	鮭ごはん	米、鮭、塩		牛乳 フルーツ盛り合わせ (みかん／せんべい)
		チーズ	チーズ					大根のそぼろ煮	大根、鶏ひき肉、かつお昆布だし、しょうゆ、みりん、酒、砂糖、片栗粉		
		バナナ	バナナ					納豆とえのきほうれん草和え	納豆、えのき、ほうれん草、しょうゆ、砂糖、かつおぶし、ごま油		
		ヨーグルト	ヨーグルト					みそ汁	絹ごし豆腐、わかめ、きゃべつ、かつお昆布だし、米みそ		
3日	火	文化の日				19日	水	ドライカレー／卵、きゅうり	米、合挽きミンチ、たまねぎ、にんじん、きゅうり、卵、しょうが、砂糖、カレー粉、酒、ケチャップ、ウスター、しょうゆ		牛乳 バナナケーキ (ホットケーキミックス、バナナ、砂糖、豆乳)
								きゃべつとツナとコーンサラダ	きゃべつ、ツナ、コーン、きゅうり、にんじん、砂糖、酢、塩、オリーブオイル		
								チーズ	チーズ		
4日	火	マーボー丼	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		牛乳 市販菓子	20日	木	野菜うどん	うどん、にんじん、さつまいも、三つ葉、コーン、たまねぎ、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、みりん、ベーキングパウダー		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、塩、ごま油)
		もやしのナムル	もやし、きゅうり、にんじん、すりごま、酢、しょうゆ、砂糖、塩、ごま油					きゅうりとわかめの酢の物	きゅうり、わかめ、酢、砂糖、油、塩、すりごま		
		すまし汁	はくさい、えのき、わかめ、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩					煮豆	金時豆、砂糖		
		みかん	みかん								
5日	水	ごはん	ごはん		牛乳 やきいも	21日	金 誕生日会	ゆかりごはん	米、ゆかり		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、柿)
		豚肉となすの味噌炒め	豚肉、なす、キャベツ、にんじん、米みそ、しょうゆ、砂糖、みりん					チーズハンバーグ	合いびきミンチ、にんじん、たまねぎ、パン粉、豆乳、塩、ウスターソース、ケチャップ、チーズ		
		もやしの和え物	もやし、にんじん、きゅうり、酢、砂糖、塩、油					スバゲティサラダ	スバゲティ、ツナ、きゅうり、にんじん、酢、砂糖、塩		
		すまし汁	わかめ、うすあげ、たまねぎ、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩					コーンスープ	クリームコーン缶、たまねぎ、豆乳、米粉、コンソメ、塩		
6日	木	肉うどん	うどん、豚肉、はくさい、えのき、しめじ、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、砂糖、みりん、塩		牛乳 クラッカー／チーズ (クラッカー／チーズ)	22日	土	豚丼	米、豚肉、たまねぎ、糸こんにゃく、しょうゆ、砂糖、酒、みりん		牛乳 市販菓子、バナナ
		煮豆	金時豆、砂糖					もやしのナムル	もやし、きゅうり、白ごま、酢、しょうゆ、砂糖、塩、ごま油		
		いりこ・かえりちりめん	いりこ、かえりちりめん(乳児)					みそ汁	絹ごし豆腐、わかめ、かつお昆布だし、米みそ		
		ゼリー	ゼリー					ゼリー	ゼリー		
7日	金	ごはん／えのきの佃煮	米、えのき、砂糖、しょうゆ、みりん、酒		牛乳 菓子パン	24日	月	振替休日			
		鰯の味噌煮	鰯(乳児は鰯)味噌、砂糖、みりん、酒、しょうが								
		もやしの和え物	もやし、にんじん、きゅうり、酢、砂糖、塩、油								
		みそ汁	絹ごし豆腐、うすあげ、わかめ、はくさい、かつお昆布だし、米みそ								
8日	土	かえてフェスティバル				25日	火	ハヤシライス	米、牛肉、にんじん、たまねぎ、マッシュルーム、砂糖、米粉、コンソメ、トマト缶、ウスターソース、ケチャップ、油		牛乳 市販菓子
								キャベツのコーン和え	きゃべつ、ツナ、にんじん、きゅうり、コーン、酢、砂糖、塩、油		
								チーズ	チーズ		
								ゼリー	ゼリー		
10日	月	きのこごはん	米、うすあげ、しめじ、エリンギ、にんじん、かつお昆布だし、しょうゆ、みりん、酒		牛乳 あんこパイ (あんこ、パイ生地)	26日	水	中華丼	米、豚肉、にんじん、はくさい、たまねぎ、しょうが、干しシイタケ、酒、しょうゆ、砂糖、ごま油、片栗粉		牛乳 ちんすこう (小麦粉、砂糖、油、塩)
		鮭の照り焼き	鮭、しょうゆ、砂糖、酒、みりん					もやしのごま酢あえ	もやし、きゅうり、にんじん、白ごま、酢、しょうゆ、砂糖、塩、ごま油		
		ひじきのサラダ	ひじき、にんじん、コーン、きゃべつ、ツナ、酢、砂糖、しょうゆ、オリーブ油					すまし汁	絹ごし豆腐、うすあげ、わかめ、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩		
		かぼちゃのみそ汁	かぼちゃ、たまねぎ、かつお昆布だし、米みそ					ゼリー	ゼリー		
11日	火	ごはん	米		牛乳 スイートポテト (さつまいも、砂糖、豆乳、塩)	27日	木	ミートスバゲティ	スバゲティ、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		牛乳 コーンおにぎり (コーン、塩)
		ささみパン粉焼き	ささみ、米粉、塩、パン粉、油、ケチャップ、砂糖、ウスターソース					ブロッコリーのツナ和え	ブロッコリー、ツナ、パプリカ、にんじん、オリーブオイル、塩、酢、砂糖		
		マカロニサラダ	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					和風スープ	絹ごし豆腐、えのき、はくさい、かつお昆布だし、酒、しょうゆ、塩		
		みそ汁	絹ごし豆腐、わかめ、えのき、かつお昆布だし、米みそ					みかん			
12日	水	ごはん	米		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	米		牛乳 ホットケーキ (ホットケーキミックス、絹ごし豆腐、砂糖、卵砂糖、油)
		チャブチェ	牛肉、はるさめ、ほうれん草、たまねぎ、にんじん、赤ピーマン、ニラ、干し椎茸、すりごま、酒、砂糖、しょうゆ、かつお昆布だし、ごま油					さわらの甘酒西京焼き	鰯、甘酒、みそ、砂糖、みりん、塩		
		きゅうりとわかめの酢の物	きゅうり、わかめ、砂糖、酢、塩、油					小松菜としめじの納豆和え	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		
		すまし汁	絹ごし豆腐、えのき、鮭、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩					さつまいものみそ汁	さつまいも、たまねぎ、かつお昆布だし、米みそ		
13日	木	ラーメン	中華麺、鶏もも肉、しょうゆ、砂糖、みりん、もやし、コーン缶、わかめ、かつお昆布だし、煮干し、酒、ごま油、塩		牛乳 桃ゼリー／ビスケット (桃果汁、砂糖、寒天)	29日	土	和風パスタ	ツナ、しめじ、にんじん、たまねぎ、コーン、かつお昆布だし、しょうゆ、塩、砂糖、みりん、 、かつおぶし、のり		牛乳 市販菓子、バナナ
		白菜とにんじんのかつお和え	はくさい、にんじん、かつおぶし、しょうゆ、砂糖、油					スープ	豆腐、わかめ、かつお昆布だし、しょうゆ、塩、酒		
		煮豆	金時豆、砂糖					ゼリー	ゼリー		
		みかん	みかん								
14日	金	お弁当日				お茶 菓子パン					
15日	土	ツナチャーハン	米、たまねぎ、にんじん、ツナ缶、コーン缶、ごま油、しょうゆ、塩		牛乳 市販菓子、バナナ						
		もやしの和え物	もやし、きゅうり、酢、砂糖、塩、油								
		ゼリー	ゼリー								
17日	月	麦ごはん	米、麦		牛乳 市販菓子／バナナ						
		赤魚のカレー焼き	赤魚、砂糖、カレー粉、塩、油								
		もやしのサラダ	もやし、ツナ、にんじん、コーン、砂糖、塩、しょうゆ、ごま油								
		みそ汁	大根、はくさい、にんじん、かつお昆布だし、米みそ								

※延長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。