

2025年11月 献立表

日付 (曜日)	献立名	材料名			15時おやつ	日付 (曜日)	献立名	材料名			15時おやつ
		熱や力になる	からだをつくる	体の調子を整える				熱や力になる	からだをつくる	体の調子を整える	
1 (土)	混ぜ込みチャーハン	米 70	鶏肉 50	玉ねぎ 15 人参 10 コーン 10 グリーンピース 5	おかし ホームバイ 乳× 小魚家族に変更 牛乳	15 (土)	焼きそば	焼きそば 120	豚肉 45	玉ねぎ 20 人参 10 キャベツ 20	おかし 五穀ビスケット 乳× アンパンマンビーゼンべいに変更 牛乳
	白菜の胡麻マヨネーズ和え	マヨネーズ 6 (乳・卵不使用)		白菜 40 人参 10 胡瓜 10			さつまいものサラダ	さつまいも 32 マヨネーズ 6 (乳・卵不使用)		胡瓜 10 コーン 10	
	じゃがいものスープ	じゃがいも 18	豆腐 13				ほうれん草のスープ			ほうれん草 18 玉ねぎ 10	
4 (火)	ご飯	米 70			フルーチェ (いちご) フルーチェの素 牛乳 乳× ゼリーに変更  麦茶	17 (月)	ご飯	米 70	豚挽肉 35	玉ねぎ 20 人参 10 干ししいたけ 0.5	おかし ばたばた焼き 牛乳
	鶏肉のみそマヨ焼き	マヨネーズ 6 (乳・卵不使用)	鶏肉 80				麻婆豆腐		豆腐 10	人参 10 干ししいたけ 1	
	炒り豆腐		豆腐 40 鶏挽肉 10	人参 8 干ししいたけ 0.5 いんげん 5			小松菜の和え物			小松菜 25 キャベツ 25 人参 10	
	白菜のすまし汁			白菜 15 小松菜 10 梨 30			大根のスープ			大根 18 コーン 10 オレレンジ 30	
5 (水)	ご飯	米 70			お好み焼き 薄力粉、ツナ、キャベツ あお粉、お好みソース 牛乳	18 (火)	きのこご飯	米 70	刻み揚げ 8	しめじ 8 えのきたけ 8 干ししいたけ 1 人参 8	大字芋 さつまいも、サラダ油 上白糖、しょうゆ みりん、黒ごま 牛乳
	ボークチャップ		豚肉 50	玉ねぎ 30 人参 15			カレーの煮つけ		カレー 60		
	ブロッコリーの和え物			ブロッコリー 35 人参 10 コーン 10			ごほうサラダ	マヨネーズ 6 (乳・卵不使用)		ごほう 30 胡瓜 10 コーン 10	
	ほうれん草のスープ			ほうれん草 18 大根 10			ほうれん草の味噌汁			ほうれん草 18 玉ねぎ 10 グレープフルーツ 30	
	グレープフルーツ			グレープフルーツ 30			グレープフルーツ				
6 (木)	わかめご飯	米 35	わかめ 0.3		シュガートースト 食パン (卵不使用) グラニュー糖、バター 乳× マカロニきな粉に変更 牛乳	19 (水)	ご飯	米 70			ツナサンド 食パン (卵不使用) ツナ、玉ねぎ、コーン マヨネーズ (乳・卵不使用) 乳× 食パン→じゃがいもに変更 牛乳
	肉うどん	うどん 120	鶏肉 35	玉ねぎ 15 人参 10 ほうれん草 10			豚肉の味噌炒め		豚肉 45	玉ねぎ 20 人参 10 キャベツ 15 もやし 15	
	鶏ささみの胡麻和え		鶏ささみ 10	キャベツ 20 胡瓜 10 人参 10			胡瓜とわかめの酢の物		わかめ 0.3	胡瓜 40	
	バナナ			バナナ 40			豆腐のすまし汁		豆腐 20	小松菜 10 オレレンジ 30	
7 (金)	ご飯	米 70			おかし 五穀ビスケット 乳× 小魚家族に変更 牛乳	20 (木)	ご飯	米 70			おかし エースコイン 乳× アンパンマンビーゼンべいに変更 牛乳
	さわらのごまだれ焼き		さわら 60				鶏肉のバーベキューソース焼き		鶏肉 80		
	ひじき煮		ひじき 2.7 刻み揚げ 10	人参 10 いんげん 5			白菜の煮浸し		刻み揚げ 8	白菜 35 人参 10	
	豆腐の味噌汁	じゃがいも 12	豆腐 22				じゃがいもの味噌汁	じゃがいも 18	わかめ 0.2		
8 (土)	オレレンジ			オレレンジ 30	おかし ばたばた焼き 牛乳	21 (金)	和風スパゲティ	スパゲティ 120	豚挽肉 40	玉ねぎ 25 人参 15 ほうれん草 15 大根 15	豆腐ドーナツ 豆腐、ホットケーキミックス 牛乳、上白糖、揚げ油 乳× 豆腐ナゲットに変更 牛乳
	ビビンバ丼	米 70	豚挽肉 45	玉ねぎ 20 ほうれん草 10 もやし 10 人参 10 コーン 10			オクラとコーンの和え物			オクラ 30 コーン 10	
	かぼちゃの煮物 大根のスープ			かぼちゃ 55 大根 18			もやしのスープ			もやし 15 キャベツ 13 バナナ 40	
10 (月)	ご飯	米 70			プリン プリンの素 (卵不使用) 牛乳 乳× ゼリーに変更 牛乳	22 (土)	ご飯	米 70			おかし リッツクラッカー 牛乳
	チンジャオロース		牛肉 45	玉ねぎ 30 人参 15 ピーマン 10 赤ピーマン 6 たけのこ水煮 7			肉じゃが	糸こんにゃく 10 じゃがいも 35	豚肉 45	玉ねぎ 20 人参 10 グリーンピース 5	
	切干大根の酢の物			切干大根 4.5 胡瓜 10 人参 10			ほうれん草のお浸し		焼きちくわ 10 (乳・卵不使用)	ほうれん草 40 人参 10	
	キャベツのスープ			キャベツ 18 ほうれん草 10 オレレンジ 30			豆腐の味噌汁		豆腐 22	大根 10 青ねぎ 2	
	ロールパン (卵不使用)	ロールパン 40					ご飯	米 70			
	ハンバーグ		合挽 (牛肉・豚肉) 50 豆腐 20 牛乳 12 乳×→牛乳除去	玉ねぎ 15 人参 15			さわらのカレーミニエル		さわら 60	鶏ささみ 10	
11 (火)	キャベツの和え物			キャベツ 25 胡瓜 8	コーンフレーククッキー コーンフレーク、薄力粉 ホットケーキミックス サラダ油、上白糖 乳× コーンフレークおこし (バターなし) に変更 牛乳	25 (火)	ほうれん草の炒め物			ほうれん草 40 玉ねぎ 15 人参 10	シュガーパイ パイシート (卵不使用) グラニュー糖 乳× マシュマロサンドに変更 牛乳
	ジャーマンポテト	じゃがいも 40	ウインナー 10 (乳・卵不使用)	玉ねぎ 20			白菜のスープ			白菜 18 コーン 5	
	小松菜のスープ			小松菜 18 コーン 5			グレープフルーツ			グレープフルーツ 30	
	グレープフルーツ			グレープフルーツ 30							
12 (水)	ご飯	米 70			おかし アンパンマン ソフトゼンべい 牛乳	26 (水)	ご飯	米 70			おかし ハッピーターン (減塩) 牛乳
	すき焼き風煮	糸こんにゃく 5 麩 1	豚肉 40 豆腐 20	玉ねぎ 25 人参 10 白菜 15			厚揚げのそぼろ煮		厚揚げ 35 豚挽肉 35	玉ねぎ 30 人参 10 グリーンピース 5	
	いんげんのおかか和え			焼きちくわ 8 (乳・卵不使用) かつおぶし 0.5			大根の和え物			大根 30 胡瓜 10 コーン 10	
	さつまいもの味噌汁	さつまいも 15		玉ねぎ 10 青ねぎ 2 オレレンジ 30			じゃがいもの味噌汁	じゃがいも 18		玉ねぎ 10 青ねぎ 2	
13 (木)	中華丼	米 70	豚肉 45	玉ねぎ 25 人参 15 白菜 10 干ししいたけ 0.5	いももち じゃがいも、片栗粉 しょうゆ、上白糖、みりん 牛乳	27 (木)	塩ラーメン	ラーメン 120 (卵不使用)	鶏肉 35	玉ねぎ 15 人参 10 キャベツ 10 もやし 10	鶏そぼろおにぎり 米、鶏挽肉、上白糖 和風だし、しょうゆ 麦茶
	春雨サラダ	春雨 6.25		人参 10 胡瓜 10			さつまいもの甘煮	さつまいも 40		人参 10 コーン 8 いんげん 8	
	わかめスープ		わかめ 0.4	玉ねぎ 10			ひじきのマヨサラダ	マヨネーズ 6 (乳・卵不使用)	ひじき 2.5 焼きちくわ 4 (乳・卵不使用)	人参 10 コーン 8 いんげん 8	
14 (金)	ご飯	米 70			おかし ホームバイ 乳× 野菜家族に変更 牛乳	28 (金)	バナナ			バナナ 40	おかし アンパンマン ソフトゼンべい 牛乳
	鮭の西京焼き		鮭 60				ハヤシライス (乳・卵不使用)	米 80 じゃがいも 30	豚肉 30	玉ねぎ 20 人参 10 しめじ 10	
	大根とちくわの煮物		焼きちくわ 10 (乳・卵不使用)	大根 40 人参 10 グリーンピース 4			ブロッコリーのツナ和え		ツナ 5	ブロッコリー 40 人参 10	
	豆腐のすまし汁		豆腐 22	白菜 10 バナナ 40			オレレンジ			オレレンジ 30	
29 (土)	ご飯	米 70			おかし たべっこどうぶつ 乳× 小魚家族に変更 牛乳	29 (土)	ご飯	米 70			おかし たべっこどうぶつ 乳× 小魚家族に変更 牛乳
	豚肉の生姜炒め		豚肉 60	玉ねぎ 30 人参 10			白菜の和え物		焼きちくわ 10 (乳・卵不使用)	白菜 40 胡瓜 10	
	もやしの味噌汁		わかめ 0.2	もやし 15							

☆乳児は10時におやつがあります。
 ☆食材の価格や入荷状況、行事などにより記載の量と差が生じたり、
 食材や献立変更になる場合があることをご了承ください。
 ☆材料(食品名)の中には、調味料は記載してありません。

