

# < 保育献立 >

11月 対象	午前おやつ 0、1、2歳児	主 菜 全 員	副 菜 全 員	スープ 全 員	11月 対象	デザート 全 員	主 食 全 員	主な離乳食 0歳児	午後おやつ 全員・放課後	夕方おやつ 延長保育児
1 日					1 日					
2 月	牛乳 動物ビス	ぶりのカレーマヨ焼き	じゃが芋のチーズ煮	ほうれん草のスープ	2 月	みかん	ごはん	白身魚	牛乳 アップルケーキ	牛乳 ハッピーターン
3 火					3 火					
4 水	ヨーグルト アパマンビス	マーボー豆腐	リャンバンサンスウ	ベーコンスープ	4 水	りんご	ごはん	鶏ミンチ	牛乳 ミニパン	牛乳 源氏パイ
5 木	牛乳 卵ポーロ	サバの味噌煮	うどんサラダ	もやしの味噌汁	5 木	バナナ	ごはん	白身魚	牛乳 芋かりんとう	牛乳 ムーンライト
6 金	ヨーグルト ウエハース	じゃがいものうま煮	ちりめんサラダ	大根の味噌汁	6 金	オレンジ	ごはん	鶏ミンチ	牛乳 バナナ	牛乳 ミニサラダ
7 土	牛乳 リッツ	ビーフン	ササミの和え物		7 土	黄桃缶		鶏ミンチ	牛乳 パームクーヘン	(牛乳 おかし)
8 日					8 日					
9 月	ヨーグルト きなこせんべい	鶏肉のオーロラ焼き	もやしの酢の物	野菜スープ	9 月	フルーツカクテル缶	ごはん	鶏ミンチ	牛乳 ロック	牛乳 カトリマム
10 火	牛乳 マンナビス	ニベのアップルソースかけ	ポークビーンズ	しめじの味噌汁	10 火	オレンジ	ごはん	白身魚	牛乳 チーズとヨーのケーキ	牛乳 星たべよ
11 水	牛乳 動物ビス	豚肉のしょうが焼き	ポテトサラダ	厚揚げの味噌汁	11 水	バナナ	ごはん	鶏ミンチ	牛乳 ミニパン	牛乳 マリー
12 木	ヨーグルト リッツ	鮭の味噌バター焼き	ブロッコリーの和え物	もずくスープ	12 木	りんご	ごはん	白身魚	牛乳 シュークリーム	牛乳 白い風船
13 金	牛乳 卵ポーロ	煮込みハンバーグ	ほうれん草のソテー	コーンスープ	13 金	みかん	ごはん	鶏ミンチ	りんごゼリー 星たべよ	牛乳 ぼたぼた焼き
14 土	牛乳 アパマンビス	牛丼	コーンサラダ		14 土	パイン缶	ごはん	鶏ミンチ	牛乳 ミニたい焼き	(牛乳 おかし)
15 日					15 日					
16 月	牛乳 リッツ	チキン南蛮	ハムともやしの中華和え	かき玉汁	16 月	プリン	ふりかけごはん	鶏ミンチ	カレー チキンナゲット	牛乳 まがりせんべい
17 火	牛乳 きなこせんべい	しいらの香草焼き	りんごサラダ	ごぼうの味噌汁	17 火	みかん	ごはん	白身魚	牛乳 カステラ	牛乳 カトリマム
18 水	ヨーグルト マンナビス	ロースカツ ツナの Pasta	カリフラワーサラダ ハイットイグ		18 水	パイン缶	おにぎり	鶏ミンチ	牛乳 ミニパン	牛乳 フォイスビス
19 木	牛乳 ウエハース	カレーのフリース	ごぼうサラダ	豚汁	19 木	りんご	ごはん	白身魚	牛乳 いちご蒸しパン	牛乳 ハッピーターン
20 金	ヨーグルト 動物ビス	タンダーチキン	豆サラダ	ほうれん草のすまし汁	20 金	バナナ	ごはん	鶏ミンチ	みかん ミニサラダ	牛乳 源氏パイ
21 土	牛乳 リッツ	ミネストローネ	コールスロー		21 土	黄桃缶	クロワッサン	鶏ミンチ	牛乳 ワッフル	
22 日					22 日					
23 月					23 月					
24 火	ヨーグルト アパマンビス	すき焼き風	ひじきとチーズのサラダ	厚揚げの味噌汁	24 火	りんご	ごはん	鶏ミンチ	牛乳 ココアケーキ	牛乳 ぼたぼた焼き
25 水	牛乳 卵ポーロ	(お弁当の日)			25 水			白身魚	牛乳 ミニパン	牛乳 マービス
26 木	ヨーグルト きなこせんべい	鮭の味噌マヨ焼き	レバーの甘辛煮	ビーフン汁	26 木	甘夏みかん缶	ごはん	白身魚	牛乳 ビスコ	牛乳 ホームパイ
27 金	牛乳 ウエハース	カレーライス	スパゲティサラダ		27 金	バナナ	ごはん	鶏ミンチ	ヨーグルト 源氏パイ	牛乳 白い風船
28 土	牛乳 リッツ	ビビンバ丼	ブロッコリーのツナマヨ		28 土	ももゼリー	ごはん	鶏ミンチ	牛乳 スイートポテト	
29 日					29 日					
30 月	牛乳 動物ビス	エビカツ	キャベツコーンサラダ	肉団子スープ	30 月	バナナ	ごはん	鶏ミンチ	牛乳 焼きおにぎり	牛乳 カトリマム

# < 介護献立 >

## ◆◆◆◆◆ 朝食 ◆◆◆◆◆

11月 対象	主 菜 全 員	副 菜 全 員	介護系副菜 全 員	スープ 全 員	主 食 全 員
1 日	五目豆	味付け海苔	たくあん	もやしの味噌汁	御飯
2 月	さんま	納豆	つぼ漬け	玉ねぎの味噌汁	御飯
3 火	あじと野菜の豆乳よせ	揚げ茄子の鶏ミンチ煮	味噌漬け	厚揚げの味噌汁	御飯
4 水	五目豆	ほうれん草シューマイ	高菜漬け	キャベツの味噌汁	御飯
5 木	がんもの煮物	きんぴらごぼう	桜漬け	豆腐の味噌汁	御飯
6 金	南瓜の煮物	海苔の佃煮	胡瓜漬け	人参の味噌汁	御飯
7 土	ししゃも	ひじきの炒り煮	沢庵	小松菜の味噌汁	御飯
8 日	豆腐の卵とじ	めんたい	つぼ漬け	ほうれん草の味噌汁	御飯
9 月	いわしの梅煮	キャベツの塩昆布和え	べったら漬け	油揚げの味噌汁	御飯
10 火	オムレツ	ソテー	りんごジャム	コンソメスープ	食パン
11 水	いこみこうや	ブロッコリーおかか和え	野沢菜漬け	南瓜の味噌汁	御飯
12 木	カットグルメ切り干し大根	たいみそ	つぼ漬け	キャベツの味噌汁	御飯
13 金	塩サバ	カリフラワーの金平	たくあん	ほうれん草の味噌汁	御飯
14 土	ひじきの炒り煮	納豆	胡瓜漬け	じゃがいもの味噌汁	御飯
15 日	五目豆	たいみそ	茄子漬	小松菜の味噌汁	御飯
16 月	豆腐とほうれん草の卵とじ	のり	味噌漬け	なめこの味噌汁	御飯
17 火	あじと野菜の豆乳よせ	揚げ茄子の鶏ミンチ煮	胡瓜漬け	玉ねぎの味噌汁	御飯
18 水	きんぴらごぼう	南瓜シューマイ	野沢菜漬け	キャベツの味噌汁	御飯
19 木	オムレツ	ソテー	チョコジャム	南瓜スープ	ロールパン
20 金	さんまの生姜煮	切り干し大根	胡瓜漬け	豆腐の味噌汁	御飯
21 土	南瓜の煮物	納豆	白菜漬け	ほうれん草の味噌汁	御飯
22 日	塩鮭	ブロッコリーのおかか和え	桜漬け	キャベツの味噌汁	御飯
23 月	切り干し大根の煮物	めんたい	胡瓜漬け	人参の味噌汁	御飯
24 火	さんまの生姜煮	かぼちゃの煮物	つぼ漬け	小松菜の味噌汁	御飯
25 水	いこみこうや	揚げ茄子の鶏ミンチ煮	しば漬け	エノキの味噌汁	御飯
26 木	あじと野菜の豆乳よせ	キャベツの塩昆布和え	味噌漬け	豆腐の味噌汁	御飯
27 金	がんもの煮物	ソテー	イチゴジャム	南瓜スープ	御飯
28 土	いわしの梅煮	カリフラワーのきんぴら	茄子漬	油揚げの味噌汁	御飯
29 日	切り干し大根の煮物	たいみそ	たくあん	なめこの味噌汁	御飯
30 月	オムレツ	ソテー	イチゴジャム	野菜スープ	ロールパン

◆◆◆◆◆ 昼食 ◆◆◆◆◆

11月 対象	主 菜 全 員	副菜 全 員	介護系副菜 全 員	スープ 全 員	デザート 全 員	主 食 全 員	午後おやつ 全員・放課後
1 日	豚肉のキムチ炒め	ささ身のマヨ和え	シューマイ 桜漬け	南瓜の味噌汁	パイナップル	ごはん	二色あんぱん
2 月	しいらの磯辺焼き	切り干し大根の洋風煮	青菜ときのこの浸し べったら漬	豆乳スープ	オレンジ	ごはん	黒ゴマ饅頭・パイの実
3 火	ビビンバ丼	じゃこ入りサラダ	野沢菜漬	なめこの味噌汁	レモンゼリー	麦ごはん	バームクーヘン・チョコ
4 水	白身魚のフライ	ごまドレサラダ	カリフラワーの青シソサラダ しば漬	かぶのスープ	フルーツカクテル缶	ごはん	ミニサラダ・花淡雪
5 木	カレーライス	コールスロー	ラッキョ 福神漬		バナナ	ごはん	イチゴ蒸しパン
6 金	鯖の南蛮漬	里芋のそぼろ煮	胡瓜の酢の物 梅干し	卵スープ	りんご	ごはん	ミニパン
7 土	牛肉のプロコギ風	カニ入りサラダ	揚げ茄子の鶏ミンチ煮 しば漬	わかめの味噌汁	みかん	ごはん	カステラ
8 日	塩サバ	もやし中華ナムル	南瓜の落とし揚げ 白菜漬	中華スープ	甘夏缶	ごはん	ミニたい焼き
9 月	鶏肉のバーベキュー風	マカロニサラダ	里芋のごま煮 茄子漬	牛蒡の味噌汁	フルーツカクテル缶	ごはん	ビスコ・ガトーレーズン
10 火	鮭のネギだれ	じゃこの大根葉の炒め物	きのこの酢の物 たくあん	けんちん汁	オレンジ	ごはん	ロールケーキ・チョコビスケット
11 水	じゃがいものそぼろ煮	ひじきのサラダ	茄子の田楽 味噌漬	大根葉の味噌汁	フルーツみつ豆	ごはん	カプリコ・星食べよ
12 木	ぶりのカレーマヨ焼き	トマトサラダ	さつま揚げの煮物 しば漬	きのこスープ	りんご	ごはん	おにぎりせんべい・アルフォード
13 金	すき焼き	柿なます	刺し身 梅干し	豚汁	秋桜饅頭	栗ごはん	ミニパン
14 土	ちゃんぽん	和風サラダ	餃子		プリン	ごはん	チョコパイ
15 日	鶏肉と里芋の煮物	大根の梅マヨ和え	彩豆腐 高菜漬	もやしの味噌汁	みかん缶	ごはん	豆乳ドーナツ
16 月	たらこのきこあんかけ	茄子の胡麻味噌炒め	ツナトマトサラダ しば漬	もずくのかきたま汁	りんご	クロワッサン	かりんとう・ミニビット
17 火	牛肉と厚揚げの甘辛煮	レタスサラダ	さつまいものいとこ煮 白菜漬	ご汁	みかん	ごはん	ロールケーキ・ムーンライト
18 水	鯖の味噌煮	ビーフンサラダ	がんもの煮物 つぼ漬	とろろ昆布汁	バナナ	ごはん	どら焼き・ミックスゼリー
19 木	かぶ揚げ	豆サラダ	かぶとひき肉の煮物 桜漬	厚揚げの味噌汁	フルーツカクテル缶	ごはん	たけの里・ぼたぼた焼き
20 金	鯖の味噌バター	五色なます	大豆とじゃこの甘辛煮 たくあん	ミネストローネ	柿	ごはん	ミニパン
21 土	親子丼	ツナコーンサラダ	高菜漬	白菜の味噌汁	ヨーグルト	ごはん	芋饅頭
22 日	にべのゆかり焼き	カリフラワーのポン酢和え	豆腐チキンボール しば漬	ポテトオニオンスープ	フルーツカクテル缶	ごはん	プリンタルト
23 月	カレーうどん	野菜のマヨサラダ	コーンシューマイ		ももゼリー	ごはん	ようかんまき・まがりせんべい
24 火	シイラのおろし煮	じゃがいものチーズ煮	いかの味噌和え 桜漬	わかめスープ	りんご	ごはん	ロールケーキ・チョコクッキー
25 水	筑前煮	うどんサラダ	もやしの味噌バターコーン 野沢菜漬	キャベツの味噌汁	みかん	ごはん	かりんとう・チョコリエール
26 木	にべのアップルソース	南瓜サラダ	ほうれん草の胡麻和え 茄子漬	肉団子スープ	バナナ	ごはん	丸ボーロ・一口ようかん
27 金	タンドリーチキン	シーザーサラダ	厚揚げとにら中華炒め べったら漬	石狩汁	フルーツカクテル缶	ごはん	ミニパン
28 土	カレイのバター醤油焼き	きんぴらごぼう	白和え しば漬	エノキとかぼこのすまし汁	みかん	ごはん	カスタードケーキ
29 日	豚肉の焼き肉風	チーズサラダ	白くドエッグ 桜漬	さつまいもの味噌汁	黄桃缶	ごはん	大判焼き
30 月	赤魚の煮つけ	たらこのポテトサラダ	ひじきの炒り煮 しば漬	しめじの味噌汁	オレンジゼリー	ごはん	コーンとチーズのケーキ

◆◆◆◆◆ 夕食 ◆◆◆◆◆

11月	主 菜	副菜 (1)	副菜 (2)	スープ	デザート	主 食
対象	全員 (五福deごはん)	全員 (五福deごはん)	全員 (五福deごはん)	全員 (五福deごはん)	全員 (五福deごはん)	全員 (五福deごはん)
1 日	お魚豆腐の野菜あんかけ	かにかまサラダ	卵焼き	コンソメスープ	黄桃缶	御飯 しば漬け
2 月	鶏肉のネギみそ焼き	ハムともやしの中華和え	ブロッコリーのバター醤油焼き	ほうとう汁	バナナ	御飯 白菜漬け
3 火	シイラのおろし煮	リャンパンサンスー	ほうれん草ソテー	わかめスープ	みかん	御飯 茄子漬け
4 水	白菜と豚肉のうま煮	野菜胡麻マヨサラダ	大根梅おかか和え	もやしの味噌汁	りんご	御飯 たくあん
5 木	サバの味噌煮	ひじきの炒り煮	いんげんの胡麻和え	トマトのスープ	オレンジ	赤飯 野沢菜漬け
6 金	漬け込み焼き鳥	カリフラワーのカレーマヨ	さつま揚げと大根の煮物	白菜の味噌汁	杏仁豆腐	御飯 味噌漬け
7 土	鮭の味噌バター焼き	シーフードビーフン	ほうれん草の胡麻和え	もずくスープ	バナナ	御飯 桜漬け
8 日	ごぼうと牛肉の炒め煮	ブロッコリーの和え物	白和え	青さの味噌汁	パイン缶	御飯 梅干し
9 月	しいらの洋風焼き	チーズサラダ	茄子の田舎煮	南瓜スープ	みかん	御飯 たくあん
10 火	大根と豚肉のべっこう煮	うどんのごまドレサラダ	ピーマンと人参のきんぴら	小松菜の味噌汁	りんご	御飯 たくあん
11 水	にべの西京焼	竹輪と切り干し大根のサラダ	厚揚げの卵とじ	豆腐のすまし汁	柿	お寿司 茄子漬
12 木	鶏肉チリソース	じゃがいものチーズ煮	きのこの酢の物	ご汁	オレンジ	御飯 桜漬け
13 金	鯖の三味焼き	ちりめんサラダ	青梗菜のひき肉炒め	レタススープ	バナナ	御飯 白菜漬け
14 土	マーボー茄子	ブロッコリーサラダ	鶏レバーのしぐれ煮	大根の味噌汁	みかん	御飯 味噌漬け
15 日	鯖の胡麻味噌焼き	モズク酢	高野豆腐とエビの卵	なめこスープ	パイン缶	御飯 桜漬け
16 月	鶏の照り焼き	マカロニのカレーマヨサラダ	南瓜と厚揚げの煮物	油揚げの味噌汁	青リンゴゼリー	御飯 白菜漬け
17 火	きのごカレー	エビかつ	ハムともやしの中華和え		バナナ	御飯 福神漬け ラッキョ
18 水	ポーケケチャップ	ひじきとチーズのサラダ	いんげんと人参のマヨおかか和え	牛蒡の味噌汁	オレンジ	御飯 べったら漬け
19 木	鮭の揚げ煮	さつまいもサラダ	茄子ときこのこのボン酢炒め	けんちん汁	りんご	御飯 梅干し
20 金	おでん	青シソサラダ	カリフラワーのたらこ和え	さつまいもの味噌汁	みかん	御飯 しば漬け
21 土	さんまの塩焼き	トマトとチーズのサラダ	えびのオーロラ焼き	ニラときこのこのスープ	和風モンブラン	御飯 味噌漬け
22 日	回鍋肉	三色ナムル	五目煮	南瓜の味噌汁	甘夏缶	御飯 梅干し
23 月	タラのオリエンタルソース	ブロッコリーごまドレ	ツナじゃが	豆乳みそスープ	みかん	御飯 べったら漬け
24 火	鶏のオーロラ焼き	りんごサラダ	白菜の和え物	茄子の味噌汁	バナナ	御飯 梅干し
25 水	鮭のムニエル	ごぼうサラダ	里芋の田楽	コースープ	コーヒゼリー	御飯 白菜漬け
26 木	豚肉の生姜焼き	ナポリタン	卸和え	なめこの味噌汁	オレンジ	御飯 たくあん
27 金	鯖の青シソ焼き	里芋のそぼろ煮	柿なます	青梗菜の卵とじ	りんご	炊き込みご飯 桜漬け
28 土	じゃがいものうま煮	コーンマヨサラダ	煮豆	厚揚げの味噌汁	バナナ	御飯 野沢菜漬け
29 日	ぶりの照り焼き	昆布と竹輪の煮物	おくらの湯葉和え	ほうれん草のスープ	フルーツカクテル缶	御飯 高菜漬け
30 月	かぼちゃコロッケ	大根のごまドレサラダ	レンコンの味噌炒め	ポトフ	りんご	御飯 つぼ漬け