

< 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	月	牛乳 動物ビス	鮭のムニエル	じゃがいものチーズ煮	もやしの味噌汁	1	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
2	火	ヨーグルト アンパンマンビス	マーボー豆腐	リャンパンサンスウ	ベーコンスープ	2	りんご	ごはん	鶏ミンチ	牛乳 ミニパン	牛乳 源氏パイ
3	水					3				(牛乳 おかし)	
4	木	牛乳 卵ボーロ	サバの味噌煮	うどんサラダ	ほうれん草スープ	4	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
5	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	5	オレンジ	ごはん	鶏ミンチ	牛乳 バナナ	牛乳 ミニサラダ
6	土	牛乳 リッツ	味噌ラーメン	チーズサラダ		6	黄桃缶		鶏ミンチ	牛乳 パームクーヘン	(牛乳 おかし)
7	日					7				(牛乳 おかし)	
8	月	牛乳 きなこせんべい	酢鶏	豆サラダ	野菜スープ	8	フルーツカクテル缶	ごはん	鶏ミンチ	牛乳 ロールケーキ	牛乳 フォイスト
9	火	牛乳 マンナビス	二ベのアップルソース	フルーツサラダ	ほうとう汁	9	オレンジ	ごはん	白身魚	牛乳 チーズとココのケーキ	牛乳 星たべよ
10	水	牛乳 動物ビス	ハンバーガー	パンブキンサラダ	コーンスープ	10	桃ゼリー		鶏ミンチ	牛乳 シュークリーム	牛乳 マリー
11	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	11	みかん	ごはん	白身魚	りんごゼリー 星たべよ	牛乳 白い風船
12	金	牛乳 卵ボーロ	豚肉の生姜焼き	ポテトサラダ	厚揚げの味噌汁	12	りんご	ごはん	鶏ミンチ	牛乳 ミニパン	牛乳 ぼたぼた焼き
13	土	牛乳 アンパンマンビスケット	牛丼	コーンサラダ		13	パイン缶		鶏ミンチ	牛乳 ミニたい焼き	(牛乳 おかし)
14	日					14				(牛乳 おかし)	
15	月	牛乳 リッツ	チキン南蛮	胡瓜和風サラダ	ビーフン汁	15	プリン	ごはん	鶏ミンチ	牛乳 カステラ	牛乳 まがりせんべい
16	火	牛乳 きなこせんべい				16			白身魚	牛乳 チキンナゲット	牛乳 ミニサラダ
17	水	ヨーグルト マンナビス	すき焼き風	ひじきとチーズのサラダ	厚揚げの味噌汁	17	りんご	ごはん	鶏ミンチ	牛乳 ミニパン	牛乳 フォイスト
18	木	牛乳 ウエハース	カレーの炒りス	もやしの酢の物	豚汁	18	パイナップル	ごはん	白身魚	牛乳 いちご蒸しパン	牛乳 ハッピーターン
19	金	ヨーグルト 動物ビス	タンドリーチキン	ごぼうサラダ	マカロニスープ	19	バナナ	ごはん	鶏ミンチ	みかん ミニサラダ	牛乳 源氏パイ
20	土	牛乳 リッツ	ホワイトシチュー	コールスロー		20	黄桃缶	塩パン	鶏ミンチ	牛乳 ワッフル	(牛乳 おかし)
21	日					21				(牛乳 おかし)	
22	月	ヨーグルト アンパンマンビス	サバの味噌マヨ焼き	スパゲティサラダ	かき玉汁	22	甘夏みかん缶	ごはん	白身魚	牛乳 プリン缶	牛乳 ぼたぼた焼き
23	火					23				(牛乳 おかし)	
24	水	牛乳 卵ボーロ	ロースカツ サニーレタス	カリフラワーのサラダ ウインナー		24	パイン缶	ふりかけおにぎり	鶏ミンチ	牛乳 ミニパン	牛乳 マービス
25	木	ヨーグルト きなこせんべい	しいらのみぞれかけ	里芋のそぼろ煮	肉団子のスープ	25	いちご	ごはん	白身魚	牛乳 ココアバナナケーキ	牛乳 ホームパイ
26	金	牛乳 ウエハース	カレーライス	マカロニサラダ		26	バナナ		鶏ミンチ	ヨーグルト 源氏パイ	牛乳 白い風船
27	土	牛乳 リッツ	ミートスパゲティ	ブロッコリーツナマヨ		27	桃ゼリー		鶏ミンチ	牛乳 スイートポテト	(牛乳 おかし)
28	日					28				(牛乳 おかし)	
29	月	牛乳 動物ビス	塩サバ	キャベツコーンサラダ	肉団子スープ	29	バナナ	ごはん	白身魚	牛乳 キングドーナツ	牛乳 フォイスト
30	火	牛乳 アンパンマンビスケット	鶏のねぎだれ	春雨の酢の物	かき玉汁	30	りんご	ごはん	鶏ミンチ	牛乳 焼きおにぎり	牛乳 源氏パイ

< 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 月	高野豆腐とエビの卵とじ	納豆	胡瓜漬け	もやしの味噌汁	御飯
2 火	ししゃも	揚げ茄子の鶏ミンチ煮	梅干し	厚揚げの味噌汁	御飯
3 水	あじと野菜の豆乳よせ	ブロッコリーのおかか和え	白菜漬け	南瓜の味噌汁	御飯
4 木	五目豆	めんたいこ	高菜漬け	キャベツの味噌汁	御飯
5 金	がんもの煮物	金平ごぼう	桜漬け	豆腐の味噌汁	御飯
6 土	南瓜の煮物	のり佃煮	たくあん	人参の味噌汁	御飯
7 日	さんまの生姜煮	ひじきの炒り煮	胡瓜漬け	南瓜の味噌汁	御飯
8 月	いこみこうや	ブロッコリーのおかか和え	つぼ漬け	ほうれん草の味噌汁	御飯
9 火	いわしの梅煮	豆腐の卵とじ	べったら漬け	油揚げの味噌汁	御飯
10 水	オムレツ	ソテー	りんごジャム	コンソメスープ	食パン
11 木	ししゃも	かろがねの金平	梅干し	じゃがいもの味噌汁	御飯
12 金	南瓜の煮物	納豆	つぼ漬け	キャベツの味噌汁	御飯
13 土	塩サバ	ひじきの炒り煮	沢庵	ほうれん草の味噌汁	御飯
14 日	高野豆腐とエビの卵とじ	キャベツの塩昆布和え	胡瓜漬け	玉ねぎの味噌汁	御飯
15 月	五目豆	たいみそ	茄子漬け	小松菜の味噌汁	御飯
16 火	しゅうまい	揚げ茄子の鶏ミンチ煮	味噌漬け	なめこの味噌汁	御飯
17 水	ししゃも	南瓜の煮物	梅干し	玉ねぎの味噌汁	御飯
18 木	金平ごぼう	あじと野菜の豆乳よせ	野沢菜漬け	ほうれん草の味噌汁	御飯
19 金	豆腐とほうれん草の卵とじ	納豆	桜漬け	キャベツの味噌汁	御飯
20 土	切り干し大根の煮物	のり佃煮	胡瓜漬け	豆腐の味噌汁	御飯
21 日	オムレツ	ソテー	チョコジャム	野菜スープ	ロールパン
22 月	塩サバ	南瓜の煮物	白菜漬け	えのきの味噌汁	御飯
23 火	がんもの煮物	めんたいこ	胡瓜漬け	キャベツの味噌汁	御飯
24 水	さんまの生姜煮	のり佃煮	野沢菜漬け	小松菜の味噌汁	御飯
25 木	切り干し大根の煮物	ブロッコリーのおかか和え	しば漬け	人参の味噌汁	御飯
26 金	ししゃも	ひじきの炒り煮	梅干し	玉ねぎの味噌汁	御飯
27 土	オムレツ	ソテー	いちごジャム	南瓜スープ	ロールパン
28 日	いわしの梅煮	納豆	桜漬け	油揚げの味噌汁	御飯
29 月	揚げ茄子の鶏ミンチ煮	たいみそ	白菜漬け	人参の味噌汁	御飯
30 火	南瓜の煮物	しゅうまい	たくあん	ほうれん草の味噌汁	御飯

11月 対象	主 菜 全 員	副菜 全 員	介護系副菜 全 員	スー プ 員	デザート 全 員	主 食 全 員	午後おやつ 全員・放課後
1	月 天ぶら	茶碗蒸し風	刺し身 べったら漬け	和風スープ	和風モンブラン	赤飯	誕生日ケーキ
2	火 ちゃんぼん	じゃこいりサラダ	餃子	レモンゼリー	レモンゼリー		チョコチップマフィン
3	水 ニベのおろし煮	かぼちの青しそサラダ	春菊の煮びたし しば漬け	ごぼうの味噌汁	フルーツカクテル	ごはん	スイートポテト
4	木 カレーライス	フルーツサラダ	らっきょ 福神漬け	バナナ	バナナ	ごはん	かりんとう黒糖 まがりせんべい
5	金 さわらの南蛮漬け	里芋のそぼろ煮	胡瓜の酢の物 梅干し	玉子スープ	りんご	ごはん	さつまいもパン
6	土 ビビンバ丼	和風サラダ	野沢菜漬け	白菜の味噌汁	プリン	麦ごはん	カステラ
7	日 塩サバ	もやし中華風ナムル	南瓜の落とし揚げ しば漬け	中華スープ	甘夏みかん缶	ごはん	ミニたい焼き
8	月 ポークケチャップ	リャンバンサンスー	里芋の胡麻煮 茄子漬け	赤だしの味噌汁	フルーツカクテル缶	ごはん	ぜんざい
9	火 白身魚のネギたれ	ソーセージ炒め	ひじきのサラダ 昆布佃煮	けんちん汁	オレンジ	ごはん	ロールケーキ
10	水 鶏肉の塩麹焼き	かぼちのりんごサラダ	茄子の田楽 味噌漬け	もやしの味噌汁	パイナップル	ごはん	カプリコ 星食べよ
11	木 ぶりのカレー焼き	西京みそドレサラダ	さつま揚げの煮物 しば漬け	豚汁	りんご	ごはん	いちご蒸しパン
12	金 じゃがいものそぼろ煮	ブロッコリーのあんかけ	きのこの酢の物 梅干し	わかめのスープ	みかん	十穀米	クリームパン
13	土 うどん	シークワーサードレサラダ	彩り豆腐		青りんごゼリー		チョコパイ
14	日 回鍋肉	かぼちの梅マヨ和え	白和え 高菜漬け	もやしのカレースープ	洋梨缶	ごはん	豆乳ドーナツ
15	月 鮭の味噌バター焼き	ちりめんサラダ	南瓜と厚揚げの煮物 しば漬け	ビーフン汁	りんご	ごはん	かりんとう蜂蜜 ミニピット
16	火 八宝菜	ビーフンサラダ	さつまいものいとこ煮 茄子漬け	ツナいり味噌汁	みかん	麦ごはん	マドレーヌ
17	水 鯖の柚子胡椒焼き	レタスサラダ	がんもの煮物 つぼ漬け	もずくのかきたま汁	バナナ	ごはん	お好み焼き
18	木 唐揚げ	豆サラダ	かぶとひき肉の煮物 奈良漬け	そうめん汁	フルーツカクテル	ごはん	きのこたけのこ ぼたぼた焼き
19	金 魚のきのこ甘酢あんかけ	五色なます	大豆とじゃこの甘辛煮 沢庵	白菜の味噌汁	柿	ごはん	シュガードーナツ
20	土 親子丼	ツナコーンサラダ	高菜漬け	油揚げの味噌汁	ヨーグルト		紫芋饅頭
21	日 ニベのゆかり焼き	かぼちのポン酢和え	豆腐チキンボール しば漬け	ポテトオニオンスープ	フルーツミックス	ごはん	プリンタルト
22	月 エビかつ	野菜のサラダ	レンコンの味噌炒め 奈良漬け	とろろ昆布汁	りんご	ごはん	ロールケーキ
23	火 さわらの味噌マヨ焼き	コールスロー	ほうれん草しゅうまい 桜漬け	肉団子スープ	洋梨缶	ごはん	シュークリーム
24	水 マーボー豆腐	ブロッコリーとアーモンドサラダ	焼きナス 奈良漬け	大根とベーコンのスープ	パイナップル	わかめごはん	きなこ蒸しパン
25	木 赤魚の煮つけ	南瓜サラダ	ほうれん草の胡麻和え 茄子漬け	なめこ味噌汁	バナナ	ごはん	丸ボーロ 一口ようかん
26	金 タンドリーチキン	シーザーサラダ	厚揚げとにらの中華炒め べったら漬け	ミネストローネ	フルーツカクテル	ごはん	チョコツイスト
27	土 ぶりの照り焼き	金平ごぼう	白和え しば漬け	えのきとかまぼこのすまし汁	みかん	ごはん	カスタードケーキ
28	日 豚肉の焼き肉風	チーズサラダ	ペイクドエッグ 梅干し	さつまいもの味噌汁	黄桃缶	ごはん	大判焼き
29	月 ニベのアップルソース	たらこのポテサラ	ひじきの炒り煮 しば漬け	しめじの味噌汁	オレンジ	ごはん	アップルケーキ
30	火 筑前煮	うどんサラダ	もやしの味噌バターコーン 白菜漬け	キャベツの味噌汁	バナナ	ごはん	桃まんじゅう

◆◆◆◆◆ 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	月	鶏肉のネギ味噌焼き	ブロッコリーのバター醤油炒め	ほうれん草ツナ炒め	ほうとう汁	バナナ	御飯 白菜漬け
2	火	しいらの洋風焼き	かにかまサラダ	なすの田舎煮	小松菜の味噌汁	みかん	御飯 沢庵
3	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	きのこスープ	パイナップル	五色の混ぜ込みご飯 茄子漬け
4	木	白身魚フライ	じゃがいもチーズ煮	ほうれん草ソテー	トマトスープ	ピーチゼリー	御飯 野沢菜漬け
5	金	漬けこみ焼き鳥	シーフードビーフン	さつま揚げと大根の煮物	えのきの味噌汁	柿	御飯 味噌漬け
6	土	白身魚の味噌バター焼き	栗とさつまいもの白和え	かりんごのサラダ	マカロニスープ	バナナ	御飯 桜漬け
7	日	鶏肉と里芋の煮物	ブロッコリーの和え物	高野豆腐とエビの卵とじ	青さの味噌汁	パイン缶	御飯 梅干し
8	月	鮭のムニエル	チーズサラダ	インゲンの胡麻和え	レタススープ	キウイ	御飯 沢庵
9	火	マーボー茄子	うどんごまドレサラダ	青梗菜のひき肉炒め	大根菜の味噌汁	りんご	御飯 高菜漬け
10	水	ニベの西京焼き	竹輪と切り干し大根のサラダ	ピーマンの金平	豆腐のすまし汁	ぶどうゼリー	ちらし寿司 茄子漬け
11	木	鶏肉チリソース	ハムともやし中華和え	もやしのじゃこ炒め	南瓜のシチュー	オレンジ	御飯 桜漬け
12	金	鱈の三味焼き	ツナマトサラダ	厚揚げの卵とじ	呉汁	バナナ	御飯 白菜漬け
13	土	大根と豚肉のべっこう煮	ブロッコリーサラダ	鶏レバーのしぐれ煮	南瓜の味噌汁	みかん	御飯 味噌漬け
14	日	サバの胡麻味噌焼き	もずく酢	菜の花と人参の辛し和え	大根の味噌汁	パイン缶	御飯 桜漬け
15	月	きのこのカレー	鶏肉の照り焼き	りんごサラダ		バナナ	御飯 らっきょ 福神漬け
16	火	鮭のなかおちコロッケ	大根とハムの中華風サラダ	茄子の胡麻味噌炒め	ぶたごぼうじる	パパロア	御飯 べったら漬け
17	水	おでん	ひじきとチーズのサラダ	インゲンのマヨおかか和え	ごま味噌汁	オレンジ	御飯 白菜漬け
18	木	カレイのバター醤油焼き	さつまいもサラダ	茄子ときこのマヨポン酢炒め	野菜スープ	りんご	十穀米 しば漬け
19	金	ミートフ	青しそサラダ	かりんごのたらこ和え	里芋の味噌汁	みかん	御飯 梅干し
20	土	サンマの塩焼き	トマトとチーズのサラダ	卵の花	にらときのこのスープ	パイナップル	御飯 味噌漬け
21	日	ごぼうと牛肉の炒め煮	三色ナムル	五目豆	オクラの味噌汁	黄桃缶	御飯 梅干し
22	月	白身魚のオリエンタルソース	ブロッコリー胡麻ドレ	ツナじゃが	豆乳みそスープ	みかん	御飯 べったら漬け
23	火	鶏肉のオーロラ焼き	スパゲティサラダ	白菜の和え物	茄子の味噌汁	バナナ	御飯 梅干し
24	水	鱈の青しそ焼き	里芋の昆布煮	ごぼうサラダ	白菜とかまぼこのスープ	いちごゼリー	御飯 沢庵
25	木	豚肉の生姜焼き	炒り豆腐	おろし和え	石狩汁	オレンジ	御飯 白菜漬け
26	金	鮭のチーズフライ	大根とひき肉の煮物	コーンのマヨサラダ	青梗菜の卵ととろろスープ	りんご	炊き込みご飯 桜漬け
27	土	じゃがいものうま煮	柿なます	煮豆	厚揚げの味噌汁	バナナ	御飯 野沢菜漬け
28	日	お魚豆腐の野菜あんかけ	昆布とちくわの煮物	オクラの湯葉和え	ほうれん草スープ	フルーツミックス	御飯 高菜漬け
29	月	南瓜コロッケ	大根のごまドレサラダ	かりんごのカレー炒め	コーンスープ	パイナップル	御飯 つぼ漬け
30	火	しいらの磯辺焼き	さつまあげポン酢金平	青菜ときこのお浸し	ポトフ	柿	鮭とわかめのふりかけ御飯 昆布佃煮