

< 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	水	のむヨーグルト アンパンマンビスケット	加いのホワイトソース	ブロッコリーの和え物	なめこ汁	1	みかん缶	ご飯	白身魚煮	牛乳 ミニパン	牛乳 雪の宿	
2	木	牛乳 マンナウエハース	マーボー豆腐	ポテトサラダ	キャベツの味噌汁	2	バナナ	ご飯	鶏ミンチ煮	牛乳 キャロットケーキ	牛乳 ムーンライト	
3	金					3	金					
4	土	牛乳 白い風船	カレーうどん	チーズサラダ		4	土	ぶどうゼリー	うどん	のむヨーグルト ミニたい焼き	(牛乳 おかし)	
5	日					5	日					
6	月	牛乳 マンナビスケット	すき焼き風	胡瓜和風炒め	チンゲン菜の味噌汁	6	月	オレンジ	ご飯	鶏ミンチ煮	青りんごゼリー ミニサラダ	牛乳 まがりせんべい
7	火	のむヨーグルト 卵ボーロ	鯖の味噌バター焼き	ポークビーンズ	野菜スープ	7	火	パイナップル	ご飯	白身魚煮	牛乳 チーズとコーンのケーキ	牛乳 カントリーマーム
8	水	牛乳 きなこせんべい	からあげ	スパゲッティサラダ	豆乳スープ	8	水	プリン	ふりかけ御飯	鶏ミンチ煮	ぶどうジュース フライドポテト	牛乳 チョイスビス
9	木	のむヨーグルト マンナウエハース	しいらの西京焼き	ひき肉入りきんぴら	かきたま汁	9	木	みかん	ご飯	白身魚煮	牛乳 ミニパン	牛乳 マリー
10	金	牛乳 白い風船	タンドリーチキン	ちりめんサラダ	厚揚げの味噌汁	10	金	りんご	ご飯	鶏ミンチ煮	牛乳 シュークリーム	牛乳 ぼたぼた焼き
11	土	牛乳 アンパンマンビスケット	牛丼	コーンサラダ		11	土	パイナップル	ご飯	鶏ミンチ煮	のむヨーグルト まがりせんべい	(牛乳 おかし)
12	日					12	日					
13	月	のむヨーグルト リッツ	ロースカツ	ひじきとチーズのサラダ	ビーフン汁	13	月	バナナ	ご飯	鶏ミンチ煮	牛乳 芋かりんとう	牛乳 ハッピーターン
14	火	牛乳 動物ビスケット	ピラフ	コールスロー	もずくスープ	14	火	フルーツカクテル缶	ご飯	鶏ミンチ煮	牛乳 お好み焼き	牛乳 雪の宿
15	水	のむヨーグルト きなこせんべい				15	水				牛乳 ジャムサンド	牛乳 ムーンライト
16	木	牛乳 卵ボーロ	鯖の南蛮漬け	炒り豆腐	そぼろ豚汁	16	木	パイナップル	ご飯	白身魚煮	牛乳 りんご蒸しパン	牛乳 まがりせんべい
17	金	のむヨーグルト マンナウエハース	じゃがいものうま煮	春雨の酢の物	レタススープ	17	金	オレンジ	ご飯	鶏ミンチ煮	牛乳 バナナ	牛乳 カントリーマーム
18	土	牛乳 アンパンマンビスケット	ほうれん草のシチュー	ツナマヨ炒め		18	土	黄桃缶	黒糖パン	鶏ミンチ煮	のむヨーグルト ぼたぼた焼き	(牛乳 おかし)
19	日					19	日					
20	月	のむヨーグルト きなこせんべい	しいらのみそチーズ焼き	高野豆腐の卵とじ	肉団子スープ	20	月	りんご	ご飯	白身魚煮	牛乳 クッキー	牛乳 ハッピーターン
21	火	牛乳 白い風船	カレーライス	マカロニサラダ		21	火	カップヨーグルト	ご飯	鶏ミンチ煮	牛乳 ミニパン	牛乳 源氏パイ
22	水	牛乳 マンナウエハース	コロッケ オムレツ しゅうまい	カリフラワーのサラダ	キャベツのツナパスタ	22	水	パイナップル	ふりかけおにぎり	鶏ミンチ煮	みかん 星食べよ	牛乳 マリービスケット
23	木					23	木					
24	金	のむヨーグルト アンパンマンビスケット	しいらのパン粉焼き	ほうれん草のソテー	白菜の味噌汁	24	金	りんご	ご飯	白身魚煮	牛乳 ロールケーキ	牛乳 雪の宿
25	土	牛乳 白い風船	親子丼	ブロッコリーツナマヨ		25	土	ももゼリー	ご飯	鶏ミンチ煮	のむヨーグルト 源氏パイ	(牛乳 おかし)
26	日					26	日					
27	月	のむヨーグルト マンナビスケット	チキン南蛮	パンクキンサラダ	油揚げの味噌汁	27	月	バナナ	ご飯	鶏ミンチ煮	牛乳 お麩のラスク	牛乳 カントリーマーム
28	火	牛乳 リッツ	塩鮭	レバーの甘辛煮	豚汁	28	火	黄桃缶	ご飯	白身魚煮	牛乳 焼きおにぎり	牛乳 チョイスビスケット
29	水	のむヨーグルト きなこせんべい	ポークケチャップ	もやしの酢の物	マカロニスープ	29	水	りんご	ご飯	鶏ミンチ煮	牛乳 チーズとおせんべい	牛乳 ぼたぼた焼き
30	木	牛乳 卵ボーロ	塩サバ	ひじきの炒り煮	大根の味噌汁	30	木	みかん	ご飯	白身魚煮	牛乳 ミニパン	牛乳 まがりせんべい

< 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	水 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	木 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	金 五目豆	南瓜シューマイ	やさいふりかけ	キャベツの味噌汁	御飯
4	土 南瓜の煮物	豆腐とほうれん草の卵とじ	たくあん	人参の味噌汁	御飯
5	日 さんまの生姜煮	ひじきの炒り煮	胡瓜漬け	サツマイモの味噌汁	御飯
6	月 がんもの煮物	きんぴらごぼう	桜漬け	豆腐の味噌汁	御飯
7	火 お魚とひじきの豆腐よせ	ブロッコリーのおかか和え	鮭ふりかけ	南瓜の味噌汁	御飯
8	水 いこみこうや	オクラの湯葉和え	しば漬け	ほうれん草の味噌汁	御飯
9	木 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	金 しゅうまい	かからーの金平	のり佃煮	じゃがいもの味噌汁	御飯
11	土 塩サバ	金平ごぼう	梅干し	ほうれん草の味噌汁	御飯
12	日 高野豆腐とエビの卵とじ	きゃべつのおかか和え	胡瓜漬け	玉ねぎの味噌汁	御飯
13	月 ウインナー	ソテー	りんごジャム	コンソメスープ	食パン
14	火 南瓜の煮物	納豆	つぼ漬け	キャベツの味噌汁	御飯
15	水 五目豆	春雨サラダ	たい味噌	小松菜の味噌汁	御飯
16	木 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	金 金平ごぼう	お魚とひじきの豆腐よせ	野沢菜漬け	ほうれん草の味噌汁	御飯
18	土 切り干し大根の煮物	さんまの生姜煮	卵ふりかけ	豆腐の味噌汁	御飯
19	日 じゃがいものチーズ煮	ソテー	チョコジャム	野菜スープ	ロールパン
20	月 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
21	火 ししゃも	卵の花	やさいふりかけ	玉ねぎの味噌汁	御飯
22	水 塩サバ	南瓜の煮物	白菜漬け	えのきの味噌汁	御飯
23	木 がんもの煮物	春菊のお浸し	たい味噌	キャベツの味噌汁	御飯
24	金 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
25	土 オムレツ	ソテー	いちごジャム	南瓜スープ	ロールパン
26	日 いわしの梅煮	納豆	桜漬け	油揚げの味噌汁	御飯
27	月 ししゃも	ひじきの炒り煮	梅干し	玉ねぎの味噌汁	御飯
28	火 さんまの生姜煮	卵焼き	のり佃煮	小松菜の味噌汁	御飯
29	水 揚げ茄子の鶏ミンチ煮	ウインナー	白菜漬け	人参の味噌汁	御飯
30	木 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

◆◆◆◆◆ 昼食 ◆◆◆◆◆

11月 対象	主 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	水 ちゃんぼん	ブロッコリーのバター炒め	たくあん		レモンゼリー	ちゃんぼん	かりんとう黒糖 雪の宿
2	木 魚のきのこあんかけ	じゃこいりサラダ	沢庵 高菜漬け	けんちん汁	りんご	ごはん	チョコチップマフィン
3	金 かぼちゃコロッケ	リャンパンサンスウ	梅干し つぼ漬け	白菜の味噌汁	バナナ	ごはん	シュガードーナツ
4	土 ビビンバ丼	和風サラダ	かつおかりんこ	大根の味噌汁	プリン	ビビンバ丼	カステラ
5	日 肉じゃが	もやしの中華風ナムル	茄子漬 昆布佃煮	中華スープ	甘夏みかん缶	ごはん	おにぎりせんべい カントリーマーム
6	月 ニベのおろし煮	里芋の胡麻煮	白菜漬け しその実	青菜の味噌汁	フルーツカクテル缶	ごはん	ロールケーキ
7	火 カレーライス	フルーツサラダ	らっきょう 福神漬け		バナナ	ごはん	ぜんざい まがりせんべい
8	水 エピカツ	ポテトサラダ	茄子漬け つぼ漬け	赤だしの味噌汁	ヨーグルト	ごはん	イチゴ蒸しパン
9	木 回鍋肉	ひじきのサラダ	昆布佃煮 奈良漬	卵スープ	みかん	ごはん	カプリコミニ ミニサラダ
10	金 白身魚のネギたれ	ちりめんパスタ	甘酢漬け しその実	豚汁	りんご	ごはん	さつまいもパン
11	土 うどん	レタスサラダ	たくあん		青りんごゼリー	うどん	チョコレートブラウニー
12	日 カレイのムニエル	ｶﾘﾌﾞﾀｰの梅マヨ和え	高菜漬け 紅しょうが	もやしのカレースープ	洋梨缶	ごはん	豆乳ドーナツ
13	月 鶏肉塩麹焼き	リンゴサラダ	味噌漬け 高菜漬け	豆腐の味噌汁	パイナップル	ごはん	パイの実 ぼたぼた焼き
14	火 鯖の三味焼き	きのこの酢の物	梅干し しば漬け	わかめスープ	キウイ	十穀米	クッキー
15	水 鶏肉の照り焼き	かぶとひき肉の煮物	沢庵 野沢菜	ポテトオニオンスープ	カクテルゼリー	ごはん	コアラのマーチ 苺カステラ
16	木 サバの味噌煮	ビーフンサラダ	茄子漬 甘酢漬け	キャベツの味噌汁	みかん	ごはん	マドレーヌ
17	金 カレーコロッケ	南瓜と厚揚げの煮物	奈良漬 胡瓜風味	そうめん汁	バナナ	ごはん	クリームパン
18	土 親子丼	ツナコーンサラダ	白菜漬け	油揚げの味噌汁	ヨーグルト	ごはん	桃まんじゅう
19	日 すき焼き風	ｶﾘﾌﾞﾀｰのボン酢和え	しば漬け 奈良漬	ビーフン汁	フルーツミックス	ごはん	かっぱえびせん アルフォート
20	月 海老フライ	五色なます	たくあん 福神漬け	野菜スープ	ようかん	ピラフ	誕生日ケーキ
21	火 ポークケチャップ	レタスサラダ	つぼ漬け 胡瓜風味	もずくのかき玉汁	オレンジ	ごはん	お好み焼き
22	水 鯖のゆず胡椒焼き	野菜のサラダ	つぼ漬け 奈良漬け	豆乳みそスープ	りんご	ごはん	きなこ蒸しパン
23	木 から揚げ	ツナじゃが	さくら漬 しその実	肉団子スープ	洋梨缶	ごはん	アイスバウム ミニサラダ
24	金 赤魚の煮つけ	南瓜サラダ	茄子漬 梅干し	なめこ味噌汁	パイナップル	ごはん	バナナパン
25	土 豚肉と里芋の煮物	コールスロー	昆布佃煮 胡瓜風味	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
26	日 お魚豆腐のあんかけ	大根とひき肉の煮物	梅干し つぼ漬け	さつまいもの味噌汁	黄桃缶	ごはん	チョコパイ
27	月 タンドリーチキン	厚揚げとニロの中華炒め	べったら漬 胡瓜風味	ミネストローネ	フルーツミックス	ごはん	アップルケーキ
28	火 鮭の揚げ煮	ブロッコリーの和風サラダ	奈良漬け しば漬け	大根の味噌汁	バナナ	ごはん	ガトーレーズン サッポロポテト
29	水 麻婆豆腐	たらこのポテサラ	しば漬け 味噌漬け	根菜汁	オレンジ	ごはん	黒糖ケーキ 星食べよ
30	木 しいらの磯辺焼き	うどんサラダ	白菜漬け あおかつぱ	キャベツの味噌汁	バナナ	わかめごはん	コアラのマーチ ハッピーターン

◆◆◆◆◆ 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)		五福deごはんのみ		全員 (五福deごはん)		全員 (五福deごはん)		全員 (五福deごはん)	
												施設のみ
1	水	鮭のムニエル	ほうれん草ツナムル	大豆とじゃこの甘辛煮	べったら漬	キノコスープ	柿	御飯	御飯	べったら漬	昆布佃煮	
2	木	豚肉のネギ味噌炒め	かにかまサラダ	なすの田舎煮	白菜漬	小松菜の味噌汁	オレンジ	御飯	御飯	白菜漬	さくら漬	
3	金	白身魚のバター焼き	カリフラワーのマヨサラダ	ほうれん草ソテー	野沢菜	トマトスープ	ピーチゼリー	赤飯	赤飯	野沢菜	しば漬	
4	土	ハンバーグの野菜の中華風	じゃがいもチーズ煮	栗とさつま芋の白和え	さくら漬	マカロニスープ	みかん	御飯	御飯	さくら漬	味噌漬	
5	日	塩サバ	ブロッコリーの青しそサラダ			あおさの味噌汁	パイン缶	御飯	御飯	梅干し	高菜漬	
6	月	チキン南蛮	中華サラダ	茄子の胡麻味噌炒め	味噌漬	豚ごぼう汁	パパロア	御飯	御飯	味噌漬	甘酢漬	
7	火	しいらの洋風焼き	野菜ごまマヨサラダ	大根梅おかか和え	茄子漬	ほうとう汁	パイナップル	御飯	御飯	茄子漬	べったら漬	
8	水	マーボー茄子	チーズサラダ	さつま揚げの煮物	たくあん	レタススープ	みかん	御飯	御飯	たくあん	胡瓜風味	
9	木	鯖の南蛮漬	うどんごまドレサラダ	ピーマンの金平	高菜漬	大根葉の味噌汁	りんご	麦御飯	麦御飯	高菜漬	茄子漬	
10	金	鶏肉チリソース	ハムとごやしの中華和え	大根の煮物	さくら漬	南瓜のシチュー	バナナ	御飯	御飯	さくら漬	胡瓜風味	
11	土	サバの胡麻味噌焼き	ブロッコリーサラダ	鶏レバーのしぐれ煮	味噌漬	大根の味噌汁	オレンジ	御飯	御飯	味噌漬	昆布佃煮	
12	日	大根と豚肉のべっこう煮	もずく酢			ごま味噌汁	パイン缶	御飯	御飯	さくら漬	奈良漬	
13	月	にべの西京焼き	竹輪と切り干し大根のサラダ	青梗菜のひき肉炒め	甘酢漬	えのきの味噌汁	ブドウゼリー	ちらし寿司	ちらし寿司	茄子漬	甘酢漬	
14	火	ミートロフ	ツナトマトサラダ	厚揚げの卵とじ	白菜漬	呉汁	りんご	御飯	御飯	白菜漬	しその実	
15	水	白身魚のオリエンタルソース	ひじきとチーズのサラダ	がんもの煮物	紅しょうが	玉ねぎの味噌汁	バナナ	いも御飯	いも御飯	紅しょうが	べったら漬	
16	木	八宝菜	シーフードビーフン	いんげんの胡麻和え	べったら漬	豆腐のすまし汁	柿	御飯	御飯	べったら漬	さくら漬	
17	金	サンマの塩焼き	さつまいもサラダ	茄子ときこのボン酢炒め	しば漬	野菜スープ	オレンジ	御飯	御飯	しば漬	梅干し	
18	土	漬け込み焼き鳥	トマトとチーズのサラダ	卵の花	味噌漬	にらときこのスープ	パイナップル	御飯	御飯	味噌漬	さくら漬	
19	日	ニベのゆかり焼き	三色ナムル			オクラの味噌汁	黄桃缶	御飯	御飯	梅干し	高菜漬	
20	月	青椒肉絲	青しそサラダ	かぼちのたらこ和え	奈良漬	厚揚げの味噌汁	りんご	御飯	御飯	奈良漬	甘酢漬	
21	火	きのかカレー	大根サラダ	野菜コロッケ			バナナ	御飯	御飯	らっきょう	福神漬	
22	水	おでん	ブロッコリー胡麻ドレ	きんぴらごぼう	べったら漬	とろろ昆布汁	みかん	御飯	御飯	べったら漬	しば漬	
23	木	鯖の味噌マヨ焼き	スバゲティサラダ	ほうれん草シューマイ	梅干し	茄子の味噌汁	バナナ	御飯	御飯	梅干し	野沢菜	
24	金	豚肉の生姜焼き	炒り豆腐	おろし和え	甘酢漬	石狩汁	オレンジ	御飯	御飯	甘酢漬	かつおかりんご	
25	土	魚のネギ味噌焼き	柿なます	煮豆	野沢菜	里芋の味噌汁	バナナ	御飯	御飯	野沢菜	白菜漬	
26	日	牛肉の焼き肉風	チーズのサラダ			ほうれん草スープ	フルーツミックス	御飯	御飯	高菜漬	茄子漬	
27	月	白身フライ	コーンのマヨサラダ	昆布と竹輪の煮物	さくら漬	青梗菜の卵とろろスープ	りんご	炊き込みご飯	炊き込みご飯	さくら漬	甘酢漬	
28	火	筑前煮	ごぼうサラダ	さつま揚げボン酢金平	たくあん	白菜とかまぼこのスープ	苺ゼリー	御飯	御飯	たくあん	福神漬	
29	水	鯖の青しそ焼き	大根のごまドレサラダ	かぼちの胡麻炒め	つぼ漬	ポトフ	パイナップル	御飯	御飯	つぼ漬	しその実	
30	木	鶏肉のオーロラ焼き	青菜ときこのお浸し	里芋の煮物	昆布佃煮	コーンスープ	柿	御飯	御飯	昆布佃煮	甘酢漬	