

# < 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	主 食 全 員	デザート 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	11月 対象		
1	金	牛乳 マンナビスケット	カレイのチリソース	パンキンサラダ	白菜の味噌汁	ごはん	りんご	白身魚	牛乳 ミニパン	牛乳 ミニサラダ	1	金
2	土	牛乳 ウエハース	カレーうどん	チーズサラダ		うどん	みかん缶	鶏ミンチ	牛乳 ムーンライト	牛乳 おかし	2	土
3	日										3	日
4	月										4	月
5	火	牛乳 卵ボーロ	鶏の照り焼き	ちりめんサラダ	ピーマン汁	ごはん	バナナ	鶏ミンチ	オレンジゼリー ぼたぼた焼き	牛乳 ホームパイ	5	火
6	水	牛乳 アンパンマンビスケット	すぎやき風	ブロッコリーツナマヨ	チンゲン菜の味噌汁	ごはん	パイナップル	鶏ミンチ	牛乳 キャロットケーキ	牛乳 チョイスビスケット	6	水
7	木	牛乳 リッツ	鯖のみそバター焼き	ひじきの炒り煮	野菜スープ	ごはん	黄桃缶	白身魚	牛乳 ミニパン	牛乳 雪の宿	7	木
8	金	牛乳 きなこせんべい	ピラフ	コールスロー	もずくスープ	ごはん	オレンジ	鶏ミンチ	カルピス フライドポテト	牛乳 カントリーマーム	8	金
9	土	牛乳 白い風船	牛丼		ほうれん草のすまし汁	ごはん	パイ缶	鶏ミンチ	牛乳 ミニたい焼き	牛乳 おかし	9	土
10	日										10	日
11	月	牛乳 動物ビスケット	シイラのパン粉焼き	ほうれん草のソテー	白菜の味噌汁	ごはん	パイナップル	白身魚	牛乳 アップルケーキ	牛乳 ハッピーターン	11	月
12	火	牛乳 ウエハース	じゃがいものうま煮	うどんサラダ	キャベツの味噌汁	ごはん	オレンジ	鶏ミンチ	牛乳 バナナ 味しらべ	牛乳 マリー	12	火
13	水	牛乳 卵ボーロ	塩じゃけ・卵焼き	カリフラワーのサラダ	パスタ・しゅうまい	彩り野菜むすび	パイ缶	白身魚	牛乳 芋かりんとう	牛乳 ぼたぼた焼き	13	水
14	木	牛乳 マンナビスケット	ロースカツ	ひじきとチーズのサラダ	厚揚げの味噌汁	ごはん	バナナ	鶏ミンチ	牛乳 ミニパン	牛乳 ムーンライト	14	木
15	金	牛乳 リッツ	しいらの西京焼き	ひき肉入りきんぴら	かきたま汁	ごはん	みかん	白身魚	牛乳 お好み焼き	牛乳 源氏パイ	15	金
16	土	牛乳 動物ビスケット	ほうれん草のシチュー	ツナマヨサラダ		黒糖パン	黄桃缶	鶏ミンチ	牛乳 まがりせんべい	牛乳 おかし	16	土
17	日										17	日
18	月	牛乳 アンパンマンビスケット	麻婆豆腐	リャンバンサンスウ	レタススープ	ごはん	りんご	鶏ミンチ	牛乳 バナナケーキ	牛乳 ミニサラダ	18	月
19	火	牛乳 きなこせんべい	鯖の南蛮漬け	炒り豆腐	そぼろ豚汁	ごはん	オレンジ	白身魚	牛乳 ロールケーキ	牛乳 雪の宿	19	火
20	水	牛乳 マンナビスケット							牛乳 手作りスイートポテト	牛乳 チョイスビスケット	20	水
21	木	牛乳 白い風船	からあげ	きゅうり和風サラダ	豆乳スープ	ごはん	バナナ	鶏ミンチ	牛乳 ミニパン	牛乳 味しらべ	21	木
22	金	牛乳 ウエハース	カレーライス	マカロニサラダ		ごはん	ヨーグルト	白身魚	牛乳 クッキー	牛乳 ぼたぼた焼き	22	金
23	土										23	土
24	日										24	日
25	月	牛乳 卵ボーロ	豚肉のブルコギ風	サウザンドレサラダ	油揚げの味噌汁	ごはん	りんご	鶏ミンチ	牛乳 お麩のラスク	牛乳 カントリーマーム	25	月
26	火	牛乳 リッツ	チキン南蛮	スパゲッティサラダ	なめこ汁	ふりかけごはん	ぶどうゼリー	鶏ミンチ	みかん ハッピーターン	牛乳 ムーンライト	26	火
27	水	牛乳 マンナビスケット	鮭の甘酢あん	高野豆腐の卵とじ	肉団子スープ	ごはん	パイナップル	白身魚	牛乳 練乳蒸しパン	牛乳 まがりせんべい	27	水
28	木	牛乳 動物ビスケット	ポークケチャップ	もやしの酢の物	マカロニスープ	ごはん	みかん	鶏ミンチ	牛乳 ミニパン	牛乳 ホームパイ	28	木
29	金	牛乳 きなこせんべい	塩サバ	レバーの甘辛煮	豚汁	ごはん	黄桃缶	白身魚	牛乳 カステラ	牛乳 チョイスビスケット	29	金
30	土	牛乳 ウエハース	親子丼		大根の味噌汁	ごはん	バナナ	鶏ミンチ	牛乳 源氏パイ	牛乳 おかし	30	土

# < 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	金 五目豆	野菜炒め	つぼ漬け	キャベツの味噌汁	御飯
2	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
3	日 さんまの生姜煮	五目煮	胡瓜漬け	サツマイモの味噌汁	御飯
4	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
5	火 お魚とひじきの豆腐よせ	ブロッコリーのおかか和え	やさいふりかけ	南瓜の味噌汁	御飯
6	水 ししゃも	揚げ茄子の鶏ミンチ	梅干	厚揚げの味噌汁	御飯
7	木 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
8	金 しゅうまい	カラワケの金平	のり佃煮	じゃがいもの味噌汁	御飯
9	土 塩サバ	金平ごぼう	梅干し	ほうれん草の味噌汁	御飯
10	日 レンコンの煮物	きゃべつの昆布和え	胡瓜漬け	玉ねぎの味噌汁	御飯
11	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
12	火 南瓜の煮物	納豆	べったら漬	キャベツの味噌汁	御飯
13	水 いわしの鯉煮	豆腐の卵とじ	鮭ふりかけ	油揚げの味噌汁	御飯
14	木 いこみこうや	オクラの湯葉和え	しば漬け	小松菜の味噌汁	御飯
15	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
16	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
17	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
18	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
19	火 ししゃも	卵の花	やさいふりかけ	玉ねぎの味噌汁	御飯
20	水 シューマイ	揚げ茄子の鶏ミンチ	味噌漬け	なめこの味噌汁	御飯
21	木 五目豆	春雨のさっぱりサラダ	たい味噌	小松菜の味噌汁	御飯
22	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
23	土 オムレツ	ソテー	いちごジャム	南瓜スープ	ロールパン
24	日 南瓜の煮物	納豆	桜漬け	油揚げの味噌汁	御飯
25	月 ししゃも	ひじきの炒り煮	梅干し	玉ねぎの味噌汁	御飯
26	火 さんまの生姜煮	卵焼き	のり佃煮	小松菜の味噌汁	御飯
27	水 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
28	木 塩サバ	ペンネサラダ	白菜漬け	えのきの味噌汁	御飯
29	金 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
30	土 揚げ茄子の鶏ミンチ	ウインナー	梅干	人参の味噌汁	御飯

◆◆◆◆◆ 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	主 食 全 員	デザート 全 員	午後おやつ 全員・放課後
1	金 麻婆豆腐	レタスサラダ	梅干し 甘酢生姜	白菜の味噌汁	ごはん	みかん	シュガードーナツ
2	土 うどん	和風サラダ	かつおかりんこ		うどん	プリン	たい焼き
3	日 肉じゃが	もやし中華風ナムル	茄子漬 昆布佃煮	中華スープ	ごはん	甘夏みかん缶	おにぎりせんべい カントリーマーム
4	月 赤魚のおろし煮	里芋の胡麻煮	白菜漬け しその実	青菜の味噌汁	ごはん	りんご	ロールケーキ
5	火 カレーライス	フルーツサラダ	らっきょう 福神漬け		カレーライス	バナナ	ぜんざい まがりせんべい
6	水 エビカツ	じゃこ入りサラダ	紅しょうが 高菜漬け	けんちん汁	ごはん	フルーツカクテル缶	チョコチップマフィン
7	木 ちゃんぽん	ブロッコリーのバター醤油炒め	たくあん		ちゃんぽん	ぶどうゼリー	かりんとう黒糖 雪の宿
8	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	ごはん	りんご	さつまいもパン
9	土 ビビンバ	リャンパンサンスウ	たくあん	マカロニススープ	ビビンバ丼	オレンジゼリー	コアラのマーチ ハッピーターン
10	日 カレイのムニエル	加万町の梅マヨ和え	かつおかりんこ 紅しょうが	もやしのカレースープ	ごはん	洋梨缶	クリームコンフェ
11	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	ごはん	パイナップル	パイの実 ぼたぼた焼き
12	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	ごはん	キウイ	クッキー
13	水 回鍋肉	ひじきのサラダ	昆布佃煮 奈良漬	卵スープ	ごはん	みかん	カプリコミニ ミニサラダ
14	木 ほきのきのこ甘酢あんかけ	ポテトサラダ	甘酢漬け つぼ漬け	赤だし味噌汁	ごはん	黄桃缶	イチゴ蒸しパン
15	金 カレーコロッケ	南瓜と厚揚げの煮物	紅しょうが 胡瓜風味	そうめん汁	ごはん	バナナ	チョコレートパン
16	土 親子丼	ツナコーンサラダ	白菜漬け	油揚げの味噌汁	ごはん	ヨーグルト	桃まんじゅう
17	日 すき焼き風	加万町のボン酢和え	しば漬け 奈良漬	ビーフン汁	ごはん	フルーツミックス	かっぱえびせん 7thフォート
18	月 さバの味噌煮	ビーフンサラダ	茄子漬 べつたら漬	野菜スープ	ごはん	みかん	マドレーヌ
19	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	ごはん	オレンジ	お好み焼き
20	水 海老フライ	五色なます	たくあん 福神漬け	豚汁	赤飯	柿	誕生日ケーキ
21	木 鶏肉の照り焼き	かぶとひき肉の煮物	しその実 野沢菜	ポテトオニオンスープ	ごはん	ようかん	コアラのマーチ 莓カステラ
22	金 赤魚の煮つけ	南瓜サラダ	茄子漬 梅干し	なめこ味噌汁	ごはん	パイナップル	バナナパン
23	土 豚肉と里芋の煮物	ユールスロー	昆布佃煮 胡瓜風味	えのきとたまごのすまし汁	ごはん	みかん	カスタードケーキ
24	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	ごはん	黄桃缶	チョコパイ
25	月 タンドリーチキン	厚揚げとニラの中華炒め	べつたら漬 胡瓜風味	ミネストローネ	ごはん	フルーツミックス	アップルケーキ
26	火 鮭の揚げ煮	ブロッコリーサラダ	奈良漬け しば漬け	大根の味噌汁	ごはん	バナナ	ガトーレーズン サッポロポテト
27	水 から揚げ	シークワーダーサラダ ウィンナー	スバグッティナポリタン	肉団子スープ	ゆかりおにぎり	洋梨缶	スイスバウム ミニサラダ
28	木 たらの柚子胡椒焼き	野菜サラダ	つぼ漬け 紅しょうが	豆乳味噌スープ	ごはん	りんご	きな粉蒸しパン
29	金 メルルーサの磯辺焼き	うどんサラダ	白菜漬け あおかつぱ	キャベツの味噌汁	ごはん	バナナ	クリームパン
30	土 生姜焼き	たらこのポテサラ	しば漬け 味噌漬け	根菜汁	ごはん	オレンジ	黒糖ケーキ 星食べよ

◆◆◆◆◆ 夕食 ◆◆◆◆◆

11月	主 菜	副菜 (1)	副菜 (2)	スープ	主 食	デザート	
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	金 白身魚のバター焼き	カリフラワーのマヨサラダ	ほうれん草のソテー 野沢菜	トマトスープ	御飯	ピーチゼリー	野沢菜 しば漬け
2	土 ハンバーグの野菜の中華風	ジャガイモのチーズ煮	栗とさつま芋の白和え さくら漬	大根の味噌汁	御飯	バナナ	さくら漬 味噌漬
3	日 塩サバ	ブロッコリーの青じそサラダ		あおさの味噌汁	御飯	パイン缶	梅干 高菜漬
4	月 チキン南蛮	中華風サラダ	茄子の胡麻味噌炒め 味噌漬	豚さぼろ汁	御飯	パパロア	味噌漬 甘酢漬
5	火 シイラの洋風焼き	野菜胡麻マヨサラダ	大根梅おかか和え 茄子漬	ほうとう汁	炊き込みご飯	パイナップル	茄子漬 べったら漬
6	水 豚肉のネギ味噌炒め	かにかまサラダ	茄子の田舎煮 白菜漬	小松菜の味噌汁	御飯	オレンジ	白菜漬 さくら漬
7	木 鮭のムニエル	ほうれん草とコーンツナナムル	大豆とじゃこの甘辛煮 べったら漬	キノコスープ	御飯	柿	べったら漬 昆布佃煮
8	金 鶏肉チリソース	ハムともやしの中華和え	大根の煮物 あおかつぱ	南瓜のシチュー	御飯	バナナ	あおかつぱ 胡瓜風味
9	土 鯖の胡麻味噌焼き	ブロッコリーサラダ	鶏レバーしくれ煮 味噌漬	大根の味噌汁	御飯	オレンジ	味噌漬 昆布佃煮
10	日 大根と豚肉のべっこう煮	もずく酢		ごま味噌汁	御飯	パイン缶	さくら漬 奈良漬
11	月 鯖の西京焼き	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	御飯	ぶどうゼリー	甘酢漬 茄子漬
12	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	御飯	バナナ	白菜漬 しその実
13	水 鮭の南蛮漬	うどんの胡麻ドレサラダ	カリフラワーの金平 高菜漬	大根葉の味噌汁	麦ごはん	りんご	高菜漬 茄子漬
14	木 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	御飯	みかん	たくあん 胡瓜風味
15	金 さんまの塩焼き	青じそサラダ	茄子ときこのボン酢炒め しば漬	野菜スープ	御飯	オレンジ	しば漬 梅干し
16	土 漬け込み焼き鳥	ピーマン炒め	卵の花 味噌漬	にらときのこのスープ	御飯	パイナップル	味噌漬 さくら漬
17	日 メルルーサのゆかり焼き	三色ナムル		おくらの味噌汁	御飯	黄桃缶	梅干し 高菜漬
18	月 八宝菜	さつま芋のサラダ	カリフラワーのたらこ和え 奈良漬	厚揚げの味噌汁	御飯	りんご	奈良漬 甘酢漬
19	火 きのこカレー	大根サラダ	野菜コロッケ らっきょう・福神漬		きのこカレー	バナナ	らっきょう 福神漬
20	水 青椒肉絲	トマトと胡瓜のサラダ	いんげんの胡麻和え べったら漬	コーンスープ	御飯	パイナップル	べったら漬 さくら漬
21	木 白身魚のオリエンタル	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	芋ご飯	バナナ	紅しょうが つぼ漬
22	金 豚肉のブルコギ風	いり豆腐	おろし和え 甘酢漬	石狩汁	御飯	オレンジ	甘酢漬 かつおかりんご
23	土 魚のネギ味噌焼き	柿なます	煮豆 野沢菜	じゃがいもの味噌汁	御飯	バナナ	野沢菜 白菜漬
24	日 牛肉の焼き肉風	チーズのサラダ		ほうれん草のスープ	御飯	フルーツミックス	高菜漬 茄子漬
25	月 白身魚のフライ	コーンのマヨサラダ	昆布と竹輪の煮物 さくら漬	青梗菜の卵とトロロスープ	御飯	りんご	さくら漬 甘酢漬
26	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	御飯	イチゴゼリー	たくあん 福神漬
27	水 さわらの味噌マヨ焼き	ツナじゃが	ほうれん草シューマイ 梅干し	茄子の味噌汁	御飯	バナナ	梅干し 野沢菜
28	木 おでん	ブロッコリーの胡麻ドレ	きんぴらごぼう べったら漬	とろろ昆布汁	御飯	みかん	べったら漬 しば漬
29	金 鶏肉のオーロラ焼き	青菜ときこのお浸し	甘酢生姜	豆腐のすまし汁	ちらし寿司	パイナップル	甘酢生姜 昆布の佃煮
30	土 鯖の青じそ焼き	大根の胡麻ドレサラ	カリフラワーのカレーマヨ炒め つぼ漬	ポトフ	御飯	柿	つぼ漬 しその実