2026年11月

献　立　表

日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料（昼食と午後おやつ）		
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
2	月	ご飯 ポークチャップ じゃこサラダ 果物	牛乳 ドーナツ	米、ホットケーキミックス、揚げ油、粉糖、油、砂糖	牛乳、豚肉、卵、ちりめん、スキムミルク	はくさい、たまねぎ、にんじん、しめじ、コーン、ピーマン
4	水	ご飯 五目炒り豆腐 小松菜のごま和え 果物	牛乳 お好み焼き	米、お好み焼き粉、ごま、砂糖、油	牛乳、豆腐、卵、牛ひき肉、ちくわ、ロースハム、ちりめん、あおのり	キャベツ、こまつな、たまねぎ、にんじん、ねぎ、ピーマン、コーン
5	木	ご飯 牛肉の甘辛煮 春雨の酢の物 果物	牛乳 シュガーラスク	米、味パン、春雨、砂糖、マーガリン	牛乳、牛肉、ちりめん	かぼちゃ、きゅうり、にんじん、しめじ、コーン、いんげん、しょうが
6	金	ご飯 ぶりの照り焼き 切干大根の煮物 ふのすまし汁	牛乳 ぶどうゼリー 鉄分チーズ	米、砂糖、おつゆふ	牛乳、ぶり、鉄分チーズ、かまぼこ、油揚げ、こんぶ、ぶり	にんじん、切り干しだいこん、えのきたけ、いんげん、みつば、しいたけ
7	土	汁ビーフン さつま揚げと人参のきんぴら	牛乳 果物 お菓子	ビーフン、片栗粉、油、ごま	牛乳、豚肉、さつま揚げ	キャベツ、にんじん、たまねぎ、ねぎ
9	月	ご飯 筑前煮 ほうれん草のノリノリ和え 果物	牛乳 ポンデケージョ	米、メークイン、ホットケーキミックス、こんにゃく、白玉粉、砂糖、マーガリン、ごま油、油	牛乳、鶏肉、うずらの卵、チーズ、こんぶ	にんじん、ほうれんそう、キャベツ、たけのこ、もやし、ごぼう、いんげん、のり、しいたけ
10	火	ご飯 ちくわの二色揚げ コーンソテー 豚汁	牛乳 マカロニの安倍川	米、さといも、こんにゃく、小麦粉、マカロニ、揚げ油、砂糖、油	牛乳、ちくわ、豚肉、みそ、きな粉、あおのり	コーン、だいこん、いんげん、にんじん、ごぼう、ねぎ
11	水	パン ハッシュドビーフ キャベツとコーンのサラダ 果物	牛乳 お野菜プリッツ	小麦粉、油、片栗粉、砂糖、ロールパン	牛乳、牛肉、ロースハム、チーズ	たまねぎ、キャベツ、にんじん、ホールトマト、しめじ、コーン、グリンピース
12	木	ご飯 鶏肉のごまみそ焼き ブロッコリーのおかか和え 豆乳スープ	牛乳 フルーツサンド	米、食パン、メークイン、いりごま、砂糖	牛乳、鶏もも肉、豆乳、ホイップクリーム、えび、みそ、かつお節	ブロッコリー、はくさい、バナナ、みかん、パイナップル、たまねぎ
13	金	 秋の遠足　お弁当の日 				
14	土	 お弁当の日 				

／　7日・21日・28日・30日は園で主食を提供のため、幼児もご飯はいりません。

　13日・14日はおかず入りのお弁当を持ってきて下さい　