

11月献立表

令和5年 11月

[未満児]

		1(水)	2(木)	3(金)	4(土)	6(月)	7(火)	8(水)
9時	牛乳	普通牛乳	牛乳		牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
	普通牛乳	普通牛乳		普通牛乳	普通牛乳	普通牛乳	普通牛乳	普通牛乳
	おやつ昆布(朝)	キャンデーチーズ		炭酸せんべい	おやついりこ(朝)	スナックパン	コーンフレーク	コーンフレーク
	おやつこぶ	キャンデーチーズ		炭酸せんべい	かえりちりめん	スナックパン	コーンフレーク	コーンフレーク
昼食	麦ご飯	麦ご飯	★ 祝日 ★	スパゲティ・ミートソース	カレーライス	麦ご飯	麦ご飯	キッズビビンバ
	米	米		マカロニ・スパゲティ	米	米	米	米
	米粒麦	米粒麦		たまねぎ	米粒麦	米粒麦	米粒麦	米粒麦
	竹輪とウィンナーの天ぷら	赤魚の煮つけ		あいびき	豚もも	カレイの味噌焼き	カレイの味噌焼き	あいびき
	煮込み竹輪	赤魚		にんじん	調合油	まがれい	まがれい	しょうが
	ボールウィンナー	こいくちしょうゆ		マッシュルーム水煮缶詰	たまねぎ	清酒	清酒	にんにくおろし
	プレミックス粉	車糖		トマト缶詰	じゃがいも	淡色辛みそ	淡色辛みそ	タレ
	なたね油	本みりん		ケチャップ	にんじん	本みりん	本みりん	にんじん
	ブロッコリーとツナのサラダ	清酒		ウスターソース	グリーンピース	車糖	車糖	こまつな
	ブロッコリー	しょうが		食塩	カレールウ	筑前煮	筑前煮	りょくとうもやし
まぐろ缶詰	水		こしょう	マッシュルーム水煮缶詰	鶏もも	鶏もも	ミニトマト	
スイートコーン	肉じゃが(副菜)		コンソメ	食塩	ごぼう	ごぼう	鶏卵	
マヨネーズ	牛もも		グリーンピース	こしょう	にんじん	にんじん	ごま油	
食塩	じゃがいも		オリーブ油	にんにくおろし	れんこん	れんこん	中華スープ・	
こしょう	たまねぎ		にんにくおろし	かたくり粉	たけのこ水煮	たけのこ水煮	チンゲンサイ	
すまし汁・	にんじん		かたくり粉	コンソメスープ・	生しいたけ	生しいたけ	生しいたけ	
おつゆ麩	しらたき		コンソメ	キャベツ	さやいんげん	さやいんげん	カットわかめ	
切りみつば	さやいんげん		キャベツ	きゅうり	板こんにやく	板こんにやく	鶏がらスープ	
ぶなしめじ	こいくちしょうゆ		にんじん	ローズハム	こいくちしょうゆ	こいくちしょうゆ	食塩	
こいくちしょうゆ	車糖		たまねぎ	フレンチドレッシング	本みりん	本みりん	こしょう	
食塩	本みりん		ぶなしめじ	スイートコーン	こしょう	こしょう	こいくちしょうゆ	
混合だし	みそ汁・		コンソメ	桃のヨーグルト	にら	にら	にら	
カットわかめ	ソフト豆腐		コンソメ	もも缶詰	鶏卵	鶏卵	鶏卵	
	葉ねぎ		コンソメ	ヨーグルト	焼き抜きかまぼこ	焼き抜きかまぼこ	焼き抜きかまぼこ	
	油揚げ		コンソメ		こいくちしょうゆ	こいくちしょうゆ	こいくちしょうゆ	
	淡色辛みそ		コンソメ		食塩	食塩	食塩	
	混合だし		コンソメ		混合だし	混合だし	混合だし	
	旬のフルーツ		旬のフルーツ		かたくり粉	かたくり粉	かたくり粉	
	..		旬のフルーツ		
	..		旬のフルーツ		
3時	牛乳おやつ	牛乳おやつ		牛乳おやつ	牛乳おやつ	牛乳おやつ	牛乳おやつ	牛乳おやつ
	普通牛乳	普通牛乳		普通牛乳	普通牛乳	普通牛乳	普通牛乳	普通牛乳
	ゴマクッキー	麩のラスク		源氏パイ	バナナケーキ	黒ごま団子	黒糖蒸しパン	黒糖蒸しパン
	薄力粉	おつゆ麩		源氏パイ	バナナ	白玉粉	薄力粉	薄力粉
ベーキングパウダー	マーガリン		キャンデーチーズ	薄力粉	車糖	ベーキングパウダー	ベーキングパウダー	
マーガリン	車糖		キャンデーチーズ	ベーキングパウダー	こいくちしょうゆ	調合油	調合油	
車糖	鶏卵		キャンデーチーズ	車糖	車糖	黒砂糖	黒砂糖	
鶏卵	黒ごま		キャンデーチーズ	鶏卵	黒ごま	水	水	
黒ごま	ごま		キャンデーチーズ	普通牛乳				
ごま			キャンデーチーズ	マーガリン				
成分値	<一日合計>	<一日合計>	<一日合計>	<一日合計>	<一日合計>	<一日合計>	<一日合計>	<一日合計>
	エネルギー : 545 kcal	エネルギー : 527 kcal	エネルギー : 0 kcal	エネルギー : 533 kcal	エネルギー : 697 kcal	エネルギー : 540 kcal	エネルギー : 600 kcal	エネルギー : 600 kcal
	脂質 : 25.1 g	脂質 : 21.4 g	脂質 : 0.0 g	脂質 : 22.2 g	脂質 : 32.2 g	脂質 : 11.5 g	脂質 : 20.3 g	脂質 : 20.3 g
	たんぱく質 : 19.1 g	たんぱく質 : 19.3 g	たんぱく質 : 0.0 g	たんぱく質 : 20.9 g	たんぱく質 : 19.3 g	たんぱく質 : 22.3 g	たんぱく質 : 20.3 g	たんぱく質 : 20.3 g
塩分 : 2.0 g	塩分 : 1.6 g	塩分 : 0.0 g	塩分 : 1.1 g	塩分 : 2.1 g	塩分 : 1.7 g	塩分 : 0.8 g	塩分 : 0.8 g	
カルシウム : 287 mg	カルシウム : 359 mg	カルシウム : 0 mg	カルシウム : 304 mg	カルシウム : 369 mg	カルシウム : 286 mg	カルシウム : 365 mg	カルシウム : 365 mg	
9(木)	10(金)	11(土)	13(月)	14(火)	15(水)	16(木)		
9時	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
	普通牛乳	普通牛乳	普通牛乳	普通牛乳	普通牛乳	普通牛乳	普通牛乳	
	じゃこ	バナナ	炭酸せんべい	炭酸せんべい	ジャムヨーグルト	スティック人参	おやつ昆布(朝)	
	しらす干し	バナナ	炭酸せんべい	炭酸せんべい	ヨーグルト	にんじん	おやつこぶ	
昼食	麦ご飯	麦ご飯	焼きそば	皿うどん	麦ご飯	麦ご飯	麦ご飯	
	米	米	蒸し中華めん	即席中華めん	米	米	米	
	米粒麦	米粒麦	調合油	はくさい	米粒麦	米粒麦	米粒麦	
	おでん	鶏のから揚げ	豚ばら	たまねぎ	お好み焼き風卵焼き	お好み焼き風卵焼き	お好み焼き風卵焼き	
	大根	鶏もも	にんじん	にんじん	鶏卵	鶏卵	鶏卵	
	板こんにやく	食塩	たまねぎ	青ピーマン	キャベツ	キャベツ	キャベツ	
	煮込み竹輪	こしょう	生しいたけ	豚もも	豚ひき肉	豚ひき肉	豚ひき肉	
	厚揚げ	かたくり粉	りょくとうもやし	焼き抜きかまぼこ	たまねぎ	たまねぎ	たまねぎ	
	混合だし	清酒	青ピーマン	なたね油	調合油	調合油	調合油	
	みりん風調味料	薄力粉	食塩	こしょう	食塩	食塩	食塩	
うすくちしょうゆ	切干し大根の酢の物	こしょう	鶏がらスープ	お好みソース	お好みソース	お好みソース		
こいくちしょうゆ	切干しだいこん	あおのり	オイスターソース	あおのり	あおのり	あおのり		
ごぼ天	ほしひじき	ウスターソース	こいくちしょうゆ	春雨の酢の物	春雨の酢の物	春雨の酢の物		
うずら卵水煮缶詰	しらす干し	中華スープ・	清酒	緑豆はるさめ	緑豆はるさめ	緑豆はるさめ		
牛すじ	きゅうり	スイートコーン	かたくり粉	きゅうり	きゅうり	きゅうり		
にんじん	にんじん	カットわかめ	ごま油	りょくとうもやし	りょくとうもやし	りょくとうもやし		
いんげんの胡麻和え・	穀物酢	根深ねぎ	ごま油	ローズハム	ローズハム	ローズハム		
さやいんげん	車糖	鶏がらスープ	こしょう	穀物酢	穀物酢	穀物酢		
ごま	食塩	ごま	うずら卵水煮缶詰	車糖	車糖	車糖		
こいくちしょうゆ	ごま	カップゼリー	もやしのスープ	食塩	食塩	食塩		
車糖	みそ汁・	ゼリー	りょくとうもやし	ごま油	ごま油	ごま油		
ぶなしめじ	キャベツ		カットわかめ	こいくちしょうゆ	こいくちしょうゆ	こいくちしょうゆ		
旬のフルーツ	ぶなしめじ		スイートコーン	みそ汁・	みそ汁・	みそ汁・		
..	油揚げ		鶏がらスープ	ソフト豆腐	ソフト豆腐	ソフト豆腐		
	淡色辛みそ		こいくちしょうゆ	葉ねぎ	葉ねぎ	葉ねぎ		
			食塩	カットわかめ	カットわかめ	カットわかめ		
			食塩	淡色辛みそ	淡色辛みそ	淡色辛みそ		
			食塩	混合だし	混合だし	混合だし		
			食塩	桃とバナナのヨーグルト	桃とバナナのヨーグルト	桃とバナナのヨーグルト		
			食塩	もも缶詰	もも缶詰	もも缶詰		
			食塩	ヨーグルト	ヨーグルト	ヨーグルト		
			食塩	バナナ	バナナ	バナナ		
3時	牛乳おやつ	牛乳おやつ	牛乳おやつ	麦茶	牛乳おやつ	牛乳おやつ	麦茶	
	普通牛乳	普通牛乳	普通牛乳	麦茶	普通牛乳	普通牛乳	麦茶	
	ジャムサンド	スイートポテト	ビスケット	やみつきおにぎり	焼き立てパン(クルミ&レーズン)	じゃがいも餅	小柱ご飯	
	食パン	さつまいも	ビスケット	米	強力粉	じゃがいも	米	
いちごジャム	車糖	キャンデーチーズ	かつお削り節	車糖	かたくり粉	貝柱		
	鶏卵	キャンデーチーズ	塩昆布	食塩	食塩	食塩		
	マーガリン	キャンデーチーズ	葉ねぎ	パン酵母	マーガリン	マーガリン		
	普通牛乳	キャンデーチーズ	ごま	水	こいくちしょうゆ	こいくちしょうゆ		
		キャンデーチーズ	ごま油	普通牛乳				
		キャンデーチーズ	おやついりこ	マーガリン				
		キャンデーチーズ	かえりちりめん	鶏卵				
		キャンデーチーズ		食塩				
		キャンデーチーズ		くるみ				
		キャンデーチーズ		干しぶどう				
成分値	<一日合計>	<一日合計>	<一日合計>	<一日合計>	<一日合計>	<一日合計>	<一日合計>	
	エネルギー : 474 kcal	エネルギー : 576 kcal	エネルギー : 556 kcal	エネルギー : 504 kcal	エネルギー : 497 kcal	エネルギー : 489 kcal	エネルギー : 522 kcal	
	脂質 : 14.0 g	脂質 : 23.5 g	脂質 : 21.8 g	脂質 : 18.1 g	脂質 : 17.6 g	脂質 : 15.7 g	脂質 : 15.0 g	
	たんぱく質 : 22.7 g	たんぱく質 : 21.8 g	たんぱく質 : 16.6 g	たんぱく質 : 18.6 g	たんぱく質 : 19.0 g	たんぱく質 : 20.6 g	たんぱく質 : 19.2 g	
塩分 : 1.4 g	塩分 : 1.7 g	塩分 : 0.8 g	塩分 : 3.6 g	塩分 : 1.8 g	塩分 : 1.4 g	塩分 : 1.7 g		
カルシウム : 370 mg	カルシウム : 314 mg	カルシウム : 315 mg	カルシウム : 333 mg	カルシウム : 252 mg	カルシウム : 281 mg	カルシウム : 233 mg		

*都合により献立を変更することがあります。

11月献立表

令和5年 11月

[未満児]

		17(金)	18(土)	20(月)	21(火)	22(水)	23(木)	24(金)
9時	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳		牛乳 普通牛乳
	スナックパン スナックパン	炭酸せんべい 炭酸せんべい	おやつりこ(朝) かえりちりめん	キャンデーチーズ キャンデーチーズ	コーンフレーク コーンフレーク			バナナ バナナ
昼食	★ 誕生会 ★ ・	ピラフ 米 調合油 たまねぎ にんじん 皮つきウインナー マッシュルーム水煮缶詰 グリーンピース 食塩 こしょう コンソメ	ロールパン ロールパン	麦ご飯 米 米粒麦	麦ご飯 米 米粒麦	★ 祝日 ★ ・	★ 祝日 ★ ・	麦ご飯 米 米粒麦
	もみじご飯 米 らうすこんぶ にんじん 食塩 うすくちしょうゆ ごま		クリームシチュー じゃがいも にんじん たまねぎ 鶏もも マッシュルーム水煮缶詰 グリーンピース シチュー、クリーム 普通牛乳 なたね油 コンソメ	鮭のホイル焼き しろさけ ぶなしめじ たまねぎ えのきたけ こしょう マーガリン レモン うすくちしょうゆ 清酒	タンドリーチキン 鶏もも 食塩 こしょう にんにくおろし しょうが ヨーグルト カレー粉 ケチャップ			真砂揚げ ソフト豆腐 鶏ひき肉 しばえび にんじん しらす干し 鶏卵 かたくり粉 なたね油 清酒 食塩 こいくちしょうゆ
	とんかつ 豚ロース 食塩 薄力粉 鶏卵 パン粉 調合油	みそ汁・ こまつな ぶなしめじ 油揚げ 淡色辛みそ 混合だし	ひじきとキャベツのサラダ キャベツ にんじん ほしひじき 生竹輪 きゅうり 胡麻ドレッシング	レコンのカレー炒め れんこん カレー粉 こいくちしょうゆ 食塩 調合油 にんじん	ビーンズサラダ だいず水煮 きゅうり にんじん キャベツ マヨネーズ			かぶの甘酢和え かぶ らうすこんぶ 穀物酢 車糖 食塩
	スパゲッティサラダ マカロニ・スパゲッティ たまねぎ きゅうり スイートコーン にんじん マヨネーズ	カップゼリー ゼリー	旬のフルーツ ..	みそ汁・ ソフト豆腐 葉ねぎ 油揚げ 淡色辛みそ 混合だし	コンソメスープ・ はくさい ベーコン ぶなしめじ コンソメ 食塩			すまし汁・ おつゆ麩 切りみつば ぶなしめじ こいくちしょうゆ 食塩 混合だし
	すまし汁・ おつゆ麩 切りみつば ぶなしめじ こいくちしょうゆ 食塩 混合だし			フルーツ(パイン缶) パインアップル缶詰				焼き抜きかまぼこ
	プチゼリー ゼリー							
3時	牛乳おやつ 普通牛乳	牛乳おやつ 普通牛乳	麦茶 麦茶	牛乳おやつ 普通牛乳	牛乳おやつ 普通牛乳	牛乳おやつ 普通牛乳		牛乳おやつ 普通牛乳
	ココアカップケーキ 薄力粉 車糖 マーガリン ベーキングパウダー 鶏卵 アーモンド ピュアココア	せんべい しょうゆせんべい キャンデーチーズ キャンデーチーズ	おにぎり(かつお梅)おやつ 米 梅干し きずり	サブレ 薄力粉 マーガリン 車糖	大学芋 さつまいも 車糖 水 水あめ こいくちしょうゆ ごま 調合油 車糖			プリン プリンミックス ・ クリーム ビスケット ビスケット
成分値	<一日合計> エネルギー : 799 kcal 脂質 : 42.3 g たんぱく質 : 17.5 g 塩分 : 1.5 g カルシウム : 271 mg	<一日合計> エネルギー : 484 kcal 脂質 : 15.3 g たんぱく質 : 15.4 g 塩分 : 1.6 g カルシウム : 308 mg	<一日合計> エネルギー : 418 kcal 脂質 : 10.6 g たんぱく質 : 16.7 g 塩分 : 1.7 g カルシウム : 246 mg	<一日合計> エネルギー : 620 kcal 脂質 : 26.5 g たんぱく質 : 23.5 g 塩分 : 1.8 g カルシウム : 343 mg	<一日合計> エネルギー : 561 kcal 脂質 : 23.2 g たんぱく質 : 22.6 g 塩分 : 1.2 g カルシウム : 295 mg	<一日合計> エネルギー : 0 kcal 脂質 : 0.0 g たんぱく質 : 0.0 g 塩分 : 0.0 g カルシウム : 0 mg	<一日合計> エネルギー : 564 kcal 脂質 : 22.0 g たんぱく質 : 22.2 g 塩分 : 1.8 g カルシウム : 354 mg	
		25(土)	27(月)	28(火)	29(水)	30(木)		
9時	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	レーズンヨーグルト ヨーグルト 干しぶどう		
	炭酸せんべい 炭酸せんべい	じゃこ しらす干し	炭酸せんべい 炭酸せんべい	スティック人参 にんじん				
昼食	焼肉丼 米 米粒麦 牛もも にんじん キャベツ りょくとうもやし たまねぎ 青ピーマン タレ こいくちしょうゆ 車糖 にんにくおろし しょうが	シーフードピラフ 米 むきえび たまねぎ グリーンピース にんじん コンソメ 食塩 こしょう マッシュルーム水煮缶詰 貝柱 調合油	麦ご飯 米 米粒麦	れんこんバーグ 豚ひき肉 たまねぎ れんこん にんじん グリーンピース スイートコーン 食塩 こしょう ナツメグ 普通牛乳 ケチャップ	麦ご飯 米 米粒麦	三色丼 米 米粒麦 鶏ひき肉 こいくちしょうゆ 料理酒 車糖 料理酒 鶏卵 車糖 食塩 調合油 さやいんげん しょうが		
	中華スープ・ スイートコーン カットわかめ 根深ねぎ 鶏がらスープ ごま	コールスロー風サラダ キャベツ きゅうり にんじん スイートコーン フレンチドレッシング	いんげんのゴマダレ和え さやいんげん にんじん ゴマダレ ぶなしめじ	卵豆腐のすまし汁 たまご豆腐 ぶなしめじ 切りみつば うすくちしょうゆ 食塩 混合だし	五目豆 だいず ごぼう にんじん 生しいたけ 板こんにゃく さやいんげん こいくちしょうゆ 本みりん 車糖 だし 料理酒	大根サラダ 大根 カットわかめ まぐろ缶詰 青しそドレッシング		
	カップゼリー ゼリー	中華スープ・ 鶏卵 カットわかめ だし 食塩 かたくり粉 葉ねぎ ごま	旬のフルーツ ..	旬のフルーツ ..	みそ汁・ じゃがいも たまねぎ 淡色辛みそ 混合だし カットわかめ	みそ汁・ ソフト豆腐 葉ねぎ 油揚げ 淡色辛みそ 混合だし		
3時	牛乳おやつ 普通牛乳	牛乳おやつ 普通牛乳	麦茶 麦茶	麦茶 麦茶	牛乳おやつ 普通牛乳			
	源氏パイ 源氏パイ キャンデーチーズ キャンデーチーズ	シュガートースト 食パン マーガリン グラニュー糖	フルーツヨーグルト もも缶詰 バナナ みかん缶詰 車糖 ヨーグルト コーンフレーク	スープご飯 米 豚ひき肉 キャベツ 青ピーマン 鶏卵 だし こいくちしょうゆ かたくり粉 調合油	ポップコーン とうもろこし 調合油 食塩 キャンデーチーズ キャンデーチーズ			
成分値	<一日合計> エネルギー : 526 kcal 脂質 : 19.6 g たんぱく質 : 18.0 g 塩分 : 0.4 g カルシウム : 295 mg	<一日合計> エネルギー : 498 kcal 脂質 : 14.8 g たんぱく質 : 18.8 g 塩分 : 2.0 g カルシウム : 302 mg	<一日合計> エネルギー : 402 kcal 脂質 : 12.0 g たんぱく質 : 16.4 g 塩分 : 1.3 g カルシウム : 220 mg	<一日合計> エネルギー : 523 kcal 脂質 : 14.5 g たんぱく質 : 21.5 g 塩分 : 1.3 g カルシウム : 186 mg	<一日合計> エネルギー : 491 kcal 脂質 : 20.4 g たんぱく質 : 22.1 g 塩分 : 1.8 g カルシウム : 293 mg			

*都合により献立を変更することがあります。