

11月献立予定表

2025年

しんあい保育園(一般)

日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料（昼食と午後おやつ）			10時おやつ
				きいろ：熱と力になるもの	あか：血や肉や骨になるもの	みどり：体の調子を整えるもの	
1	土	■麻婆豆腐丼 ■中華スープ バナナ	牛乳 ■せんべい	米、片栗粉、砂糖、ごま油	牛乳、■絹ごし豆腐、豚ひき肉、赤みそ、生わかめ	バナナ、もやし、たまねぎ、にんじん、ピーマン、しいたけ、しょうが、にんにく	牛乳
3	月	文化の日					
4	火	ごはん 親子焼き ブロッコリーの中華和え みそ汁	麦茶 わかめおにぎり	米、砂糖、ごま油、油	◎卵、鶏もも肉、みそ、■油揚げ、炊き込みわかめ	オレンジ、ブロッコリー、たまねぎ、だいこん、にんじん、葉ねぎ、グリーンピース（冷凍）	牛乳
5	水	ごはん りんご ■れんこんハンバーグ（いちご組：煮りんご） ひじき煮 みそ汁	牛乳 大学芋	米、さつまいも、水あめ、砂糖、★パン粉、油、黒ごま、片栗粉	牛乳、豚ひき肉、みそ、■油揚げ、ひじき、生わかめ	りんご、はくさい、れんこん、たまねぎ、にんじん、しょうが	牛乳
6	木	ごはん さばのみそ煮 ■納豆和え すまし汁	牛乳 豆腐きなこドーナツ	米、■ホットケーキ粉、砂糖、油、★焼酎	牛乳、さば、■絹ごし豆腐、■挽きわり納豆、みそ、■きな粉、生わかめ、かつお節	バナナ、ほうれんそう、はくさい、にんじん、えのきたけ、しょうが	牛乳
7	金	ごはん おかか唐揚げ ごま酢和え みそ汁	牛乳 ピザトースト	米、食パン、片栗粉、油、砂糖、すりごま、小麦粉	牛乳、鶏もも肉、■絹ごし豆腐、とろけるチーズ、■ツナ油漬、みそ、★ウインナー、か	キャベツ、キウイフルーツ、なめこ、たまねぎ、にんじん、葉ねぎ、ピーマン	牛乳
8	土	■ハヤシライス ■キャベツのスープ バナナ	牛乳 ■せんべい	米	牛乳、豚肉(肩ロース)	バナナ、たまねぎ、キャベツ、にんじん、セロリー、コーン缶、グリーンピース（冷凍）	牛乳
10	月	ごはん オレンジ ■豆腐とツナの照り焼き きんぴらごぼう みそ汁	牛乳 ■じゃが丸	じゃがいも、米、油、片栗粉、★パン粉、砂糖	牛乳、■木綿豆腐、■ツナ油漬、★ウインナー、みそ、あおのり	オレンジ、たまねぎ、ごぼう、しらたき、にんじん、葉ねぎ、ねぎ	牛乳
11	火	ごはん バナナ すき焼き風煮物 スパゲティーサラダ みそ汁	牛乳 にんじんケーキ	米、■ホットケーキ粉、砂糖、スパゲティー、★■卵不使用マヨネーズ、無塩バター、	牛乳、豚肉(肩ロース)、■焼き豆腐、みそ、■油揚げ	バナナ、たまねぎ、にんじん、もやし、きゅうり、しらたき、ねぎ、しゅんぎく、しいたけ、コーン缶、葉ねぎ	牛乳
12	水	ごはん 鶏汁 幼児：ししゃも焼き 柿（いちご組：バナナ） 乳児：カレーの照り焼き 肉じゃが	牛乳 ■肉まん	米、じゃがいも、砂糖、油	牛乳、ししゃも、■絹ごし豆腐、鶏もも肉、豚肉(肩ロース)、かれい	かき、たまねぎ、しらたき、にんじん、だいこん、ごぼう、葉ねぎ、グリーンピース（冷凍）、バナナ	牛乳
13	木	ごはん キウイフルーツ さつまいもと鶏肉の揚げ煮 ひじきサラダ みそ汁	牛乳 豆腐のホットケーキ	米、さつまいも、■ホットケーキ粉、油、片栗粉、砂糖、小麦粉	牛乳、鶏もも肉、■絹ごし豆腐、■ツナ油漬、みそ、ひじき	キウイフルーツ、にんじん、だいこん、キャベツ、チンゲンサイ、きゅうり、コーン缶	牛乳
14	金	パン（防災食） クリームシチュー（防災食） コールスローサラダ ヨーグルト	麦茶 カルシウムおにぎり	■ロールパン、米、じゃがいも、★■卵不使用マヨネーズ、小麦粉、バター、油、砂糖	ヨーグルト（明治）、牛乳、鶏もも肉、チーズ、しらす干し	キャベツ、たまねぎ、にんじん、ブロッコリー、こまつな、コーン缶	牛乳
15	土	■中華丼 ■わかめスープ バナナ	牛乳 ■せんべい	米、片栗粉、油、ごま油	牛乳、豚肉(肩ロース)、★なると、生わかめ	バナナ、はくさい、たまねぎ、チンゲンサイ、だけのこ（ゆで）、にんじん、コーン缶	牛乳
献立は、発注・仕入れにより、変更となる場合があります。ご了承ください。 今月はみかん組の希望を入れました🍊							

◎は卵と卵を使用した加工食品です。
★は乳・卵不使用の食品です。
■は大豆成分含有の献立です。（醤油・味噌・大豆油除く）