# 令和8年 11月献立表

山の手保育園

| | | | 3歳未満児 | | 全員共通 | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 日 | 曜 | はし スプーン | 午前のおやつ | 主食 | 主菜献立名 | 主菜材料名 | 副菜献立名 | 副菜材料名 | | おやつ | おやつ材料名 |
| 2 | 月 | | ちりめん 牛乳 | | ツナオムレツ | 卵 ツナ缶 玉葱 人参 切干大根 しめじ ピーマン 油 塩こしょう スキムミルク ケチャップ | 海苔チーズ納豆 | 納豆 刻み海苔 粉チーズ 小松菜 砂糖 醤油 | キウイ | ピラフ 麦茶 | 米 ウインナー 玉葱 人参 コーン缶 バター コンソメ 塩こしょう パセリ |
| 4 | 水 | | オレンジ 麦茶 | | ☆鶏肉の かぼす照り焼き | 鶏肉 砂糖 醤油 みりん かぼす果汁 | ひじきと 厚揚げのソテー | ひじき 厚揚げ 玉葱 人参 グリンピース 油 砂糖 醤油 | ミニトマト | さつま芋ホットケーキ 牛乳 | ホットケーキミックス さつま芋 砂糖 牛乳 スキムミルク バター 粉糖 |
| 5 | 木 | | チーズ 麦茶 | | すき焼き風煮 | 牛肉 人参 ごぼう 大根 えのき じゃが芋 糸こんにゃく 焼き豆腐 白菜 葱 油 砂糖 醤油 | 小松菜のごま和え | 小松菜 人参 もやし 油揚げ 砂糖 醤油 ごま | バナナ | マカロニきなこ 牛乳 | マカロニ きなこ 砂糖 塩 |
| 6 | 金 | | ヨーグルト 麦茶 | | 八宝菜 | 豚肉 いか えび 玉葱 人参 筍 干し椎茸 厚揚げ キャベツ ピーマン ごま油 鶏がらスープの素 醤油 片栗粉 | 春雨の酢の物 ふりかけ | 春雨 胡瓜 人参 コーン缶 ハム 砂糖 醤油 酢 ごま いりこ ゆかり かつお節 青のり ごま | キウイ | コーントースト 牛乳 | 食パン クリームコーン缶 マヨネーズ スキムミルク 塩こしょう パセリ |
| 7 | 土 | | バナナ 麦茶 | | 南瓜の クリームシチュー | 鶏肉 南瓜 玉葱 人参 しめじ グリンピース バター 小麦粉 シチュールー スキムミルク | じゃこわかめ | わかめ ちりめん 玉葱 人参 葱 ごま油 砂糖 醤油 | オレンジ | 菓子 牛乳 | 菓子 |
| 9 | 月 | | キウイ 麦茶 | | 魚の味噌マヨバーグ | エソミンチ 生姜 玉葱 人参 干し椎茸 葱 豆腐 片栗粉 味噌 マヨネーズ 砂糖 スキムミルク | 昆布煮 | 刻み昆布 人参 油揚げ いんげん 砂糖 醤油 煮干だし | ミニトマト | すなっ麩 牛乳 | 麩 バター グラニュー糖 |
| 10 | 火 | | ちりめん 牛乳 | | 高野豆腐の カレー風味 | 豚肉 高野豆腐 玉葱 人参 しめじ じゃが芋 ピーマン カレー粉 砂糖 醤油 煮干だし | ☆コールスロー サラダ | キャベツ 切干大根 胡瓜 人参 コーン缶 マヨネーズ スキムミルク 塩こしょう | バナナ | ひじきおにぎり 麦茶 | 米 ひじき 人参 油揚げ 砂糖 醤油 |
| 11 | 水 | | チーズ 麦茶 | | そぼろチャプチェ | 鶏ミンチ 春雨 玉葱 人参 筍 干し椎茸 ニラ ごま油 鶏がらスープの素 砂糖 醤油 塩こしょう | 三色ナムル | 小松菜 人参 もやし 砂糖 醤油 酢 ごま油 | キウイ | ☆いりこ大豆 牛乳 | いりこ 大豆 砂糖 醤油 ごま |
| 12 | 木 | | バナナ 麦茶 | | 豚汁 | 豚肉 玉葱 人参 ごぼう 生椎茸 油揚げ 豆腐 キャベツ 葱 味噌 煮干だし スキムミルク | めかぶ納豆 | 納豆 めかぶ 人参 砂糖 醤油 かつお節 ごま | ミニトマト | 抹茶ミルク蒸しパン 牛乳 | 蒸しパンミックス 抹茶 牛乳 スキムミルク コンデンスミルク |
| 13 | 金 | | ヨーグルト 麦茶 | | ☆さつま芋の筑前煮 | 鶏肉 さつま芋 人参 ごぼう れんこん 生椎茸 こんにゃく 厚揚げ いんげん 砂糖 醤油 みりん 酒 | 野菜の昆布締め | キャベツ 胡瓜 人参 塩昆布 醤油 | オレンジ | ツナサンド 牛乳 | 食パン ツナ缶 玉葱 マヨネーズ 塩こしょう スキムミルク パセリ |
| 14 | 土 | | キウイ 麦茶 | | 焼きうどん | 豚肉 玉葱 人参 もやし キャベツ ピーマン ちくわ うどん麺 ごま油 ソース 塩こしょう かつお節 青のり | わかめスープ | わかめ 玉葱 人参 豆腐 鶏がらスープの素 醤油 煮干だし | チーズ | 菓子 牛乳 | 菓子 |
| 16 | 月 | | バナナ 麦茶 | | ひじき入り卵焼き | 卵 鶏ミンチ ひじき 玉葱 人参 干し椎茸 いんげん 油 砂糖 醤油 スキムミルク | レバー煮 ふりかけ | 鶏レバー 生姜 人参 糸こんにゃく ニラ ごま油 砂糖 醤油 いりこ ゆかり かつお節 青のり ごま | ミニトマト | 黒ごまマフィン 牛乳 | ホットケーキミックス 黒ごま 卵 豆腐 バター 砂糖 スキムミルク |
| 17 | 火 | | オレンジ 麦茶 | | ポークビーンズ | 豚肉 大豆 玉葱 人参 しめじ ホールトマト缶 じゃが芋 ピーマン 油 ケチャップ コンソメ 砂糖 醤油 スキムミルク | ポパイサラダ | ほうれん草 胡瓜 人参 コーン缶 ベーコン マヨネーズ 塩こしょう | キウイ | 芋ようかん 牛乳 | さつま芋 砂糖 粉寒天 |
| 18 | 水 | | ちりめん 牛乳 | | 肉南瓜 | 牛肉 南瓜 玉葱 人参 糸こんにゃく 厚揚げ グリンピース 油 砂糖 醤油 煮干だし | ☆キャベツの さっぱり和え | キャベツ 切干大根 胡瓜 人参 大葉 ツナ缶 砂糖 醤油 レモン汁 | バナナ | おかかチーズおにぎり 麦茶 | 米 かつお節 チーズ 醤油 |
| 19 | 木 | | キウイ 麦茶 | | 鰤のごま味噌焼き | 鰤 塩こしょう 味噌 砂糖 みりん ごま | 野菜のうま煮 | 里芋 人参 大根 厚揚げ いんげん 砂糖 醤油 煮干だし | ミニトマト | お麩スナック 牛乳 | 麩 ごま油 青のり 塩 |
| 20 | 金 | | ヨーグルト 麦茶 | | ☆根菜カレー | 豚肉 ごぼう れんこん 玉葱 人参 しめじ じゃが芋 ピーマン 油 カレールー スキムミルク | かぼすサラダ | レタス 胡瓜 人参 コーン缶 ベーコン 砂糖 醤油 かぼす果汁 油 | オレンジ | 紅葉クッキー 牛乳 | 小麦粉 卵黄 バター 砂糖 いちごパウダー |
| 21 | 土 | | バナナ 麦茶 | | マカロニグラタン | 鶏肉 マカロニ 玉葱 人参 しめじ グリンピース 塩こしょう スキムミルク 小麦粉 バター 牛乳 コンソメ 粉チーズ | ブロッコリーソテー | ブロッコリー 玉葱 人参 ちりめん 油 砂糖 醤油 | キウイ | 菓子 牛乳 | 菓子 |
| 24 | 火 | | チーズ 麦茶 | | 茄子入り麻婆豆腐 | 豚ミンチ 茄子 豆腐 生姜 ニンニク 玉葱 人参 筍 干し椎茸 葱 ごま油 味噌 砂糖 醤油 スキムミルク 片栗粉 | ☆切干大根ナムル | 切干大根 胡瓜 人参 コーン缶 ハム 砂糖 醤油 酢 ごま油 | みかん | カスタードサンド 牛乳 | 食パン カスタードジャム |
| 25 | 水 | | キウイ 麦茶 | | 親子丼 | 鶏肉 卵 玉葱 人参 しめじ かまぼこ グリンピース 砂糖 醤油 スキムミルク 煮干だし | 小松菜のお浸し | 小松菜 人参 えのき 砂糖 醤油 かつお節 | バナナ | ふかし芋 牛乳 | さつま芋 塩 |
| 26 | 木 | | ヨーグルト 麦茶 | | 秋野菜ハンバーグ 野菜たっぷり給食の日 | 豚ミンチ 鶏ミンチ 玉葱 人参 茄子 南瓜 青梗菜 卵 パン粉 塩こしょう スキムミルク ケチャップ ソース | おかかひじき キャベツ | ひじき キャベツ 胡瓜 人参 砂糖 醤油 かつお節 | ミニトマト | コーン蒸しパン 牛乳 | 蒸しパンミックス コーン缶 ベーコン チーズ マヨネーズ 牛乳 スキムミルク |
| 27 | 金 | | みかん 牛乳 | | ☆大豆の五目煮 | 鶏肉 大豆 人参 ごぼう れんこん 干し椎茸 こんにゃく 厚揚げ いんげん 油 砂糖 醤油 みりん 酒 | ☆ちくわの酢の物 ふりかけ | ちくわ わかめ 胡瓜 人参 コーン缶 砂糖 醤油 酢 ごま いりこ ゆかり かつお節 青のり ごま | キウイ | 三色おにぎり 麦茶 | 米 鮭フレーク 卵 枝豆 醤油 |
| 28 | 土 | | バナナ 麦茶 | | あんかけラーメン | 豚肉 玉葱 人参 しめじ もやし 青梗菜 中華麺 ごま油 鶏がらスープの素 醤油 片栗粉 | 黒ごまさつま | さつま芋 砂糖 醤油 黒ごま | チーズ | 菓子 牛乳 | 菓子 |
| 30 | 月 | | キウイ 麦茶 | | ☆鱈の磯辺フライ | 鱈 塩こしょう 小麦粉 青のり パン粉 油 ケチャップ | ☆大根サラダ | 大根 切干大根 胡瓜 人参 コーン缶 ハム マヨネーズ 醤油 スキムミルク かつお節 | ミニトマト | レーズンマフィン 牛乳 | ホットケーキミックス ベーキングパウダー レーズン 卵 バター 砂糖 スキムミルク 粉糖 |

☆は、かみかみメニューです

※材料などの都合で変更することがあります