

令和6年11月 献立表

3歳以上児

会津報徳保育園

日 曜	献立名		あか	黄	みどり	栄養価
	昼食	昼間	体をつくる 血や肉になる	カや体温のもとになる	体の調子を整える	
1 金	ちゃんぽんうどん かぼちゃのそぼろ煮 牛乳 青菜和え オレンジ	ジョア(ブルーベリー) まあいるクラッカー	ふた大型種 なたね油(脂身つき、生) 鶏肉、ひき肉(生) 普通牛乳100	うどん(ゆで) でん粉(じゃがいもでん粉) 車糖(三温糖) クラッカー(ソーダ)	根深ねぎ(葉、軟白、生) たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) はくさい(結球葉、生) 日本かぼちゃ(果実、生) こまつな(葉、生) ブラックマツペもやし(生) ハレンシア	エネルギー：427kcal タンパク：17.8g 脂質：9.3g
2 土	コッパン(ジャムマーガリン) 野菜スープ 牛乳 パナナ	ぶどうゼリー うす塩せんべい	普通牛乳100	コッパン 無塩バター いちご(ジャム、低糖度) 米菓(塩せんべい)	はくさい(結球葉、生) かぶ(葉、生) かぶ(根、皮つき、生) にんじん(根、皮つき、生) パナナ(生)	エネルギー：534kcal タンパク：12.6g 脂質：15.5g
3 日	文化の日					
4 月	振替休日					
5 火	白身魚のタルタルソース 白菜のお浸し なめこ汁 オレンジ	フルーツヨーグルト ミレービスケット	まだら(生) 鶏卵、全卵(生) 絹ごし豆腐 かつお節 米みそ(甘みそ)	でん粉(じゃがいもでん粉) サフラワーズ(ハイオレイック) マヨネーズ(全卵型) ビスケット(ソフト)	きゅうり(果実、生) はくさい(結球葉、生) にんじん(根、皮つき、生) なめこ(水煮缶詰) 糸みつば(葉、生) ハレンシアオレンジ(砂じょう、生) うんしゅうみかん缶詰(果実、生)	エネルギー：358kcal タンパク：16.9g 脂質：17.7g
6 水	焼肉 ビーフソテー 大根汁 じゃがバター りんご	牛乳 揚げパン	ふた大型種 ロース(脂身つき、生) ベーコン(ロース) かつお節 油揚げ 米みそ(甘みそ) 普通牛乳100 きな粉(全粒大豆、黄大豆)	ビーフン オリブ油 じゃがいも(塊茎、皮なし、生) 有塩バター 車糖(三温糖) コッパン なたね油	にんじん(根、皮つき、生) キャベツ(結球葉、生) たらこ(根、皮つき、生) りんご(皮むき、生)	エネルギー：500kcal タンパク：19.7g 脂質：24.4g
7 木	八宝菜 半月卵 わかめスープ チーズ オレンジ	なかよしプリン 純米小丸	ふた大型種 なたね油(脂身つき、生) 鶏卵、全卵(生) プロセスチーズ	オリブ油 ごま(いり) 米菓(塩せんべい)	はくさい(結球葉、ゆで) にんじん(根、皮つき、生) ヤングコーン(幼穂穂、生) チンゲンサイ(葉、生) 根深ねぎ(葉、軟白、生) わかめ(原簿、生) ハレンシアオレンジ(砂じょう、生)	エネルギー：283kcal タンパク：12.2g 脂質：12.9g
8 金	ロコモコ風丼 水菜サラダ コンソメスープ フルーツ盛り合わせ	牛乳 ケーキ	ふた、ひき肉(生) 凍り豆腐(乾) 鶏卵、全卵(生) ハム(ロース) ベーコン(ベーコン) 普通牛乳100	水稲穀粒(精白米) パン粉(乾燥) 車糖(三温糖) ドレッシングタイプ和風調味料 ショートケーキ	キャベツ(結球葉、生) たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) きゅうり(果実、生) ブラックマツペもやし(生) みずな(葉、生) パナナ(生) ハレンシアオレンジ(砂じょう、生)	エネルギー：716kcal タンパク：27.4g 脂質：25.8g
9 土	菓子袋					
10 日						
11 月	磯辺つくね揚げ 青菜和え 豚汁 みかん 牛乳	芋花子 手作り飲むヨーグルト	鶏肉、ひき肉(生) 米みそ(甘みそ) 鶏卵、全卵(生) かつお節 なたね油 鶏卵、全卵(生) 普通牛乳1リットル	パン粉(乾燥) サフラワーズ(ハイオレイック) でん粉(じゃがいもでん粉) さつまいも(塊根、皮むき、生) なたね油 乳酸菌飲料(乳製品)	しょうが(根茎、生) たまねぎ(りん茎、生) こまつな(葉、生) ブラックマツペもやし(生) にんじん(根、皮つき、生) ごぼう(根、生) 根深ねぎ(葉、軟白、生) だいこん(根、皮つき、生)	エネルギー：450kcal タンパク：19.1g 脂質：21.9g
12 火	ブリの照り焼き スパゲティサラダ またけ汁 金時豆 りんご	牛乳 手作りクッキー	ぶり(成魚、生) ハム(ロース) 絹ごし豆腐 かつお節 米みそ(甘みそ) ささげ(全粒、乾) 普通牛乳100 鶏卵、全卵(生)	マカロニスパゲッティ(乾) マヨネーズ(全卵型) 車糖(三温糖) 薄力粉(1等) 有塩バター	にんじん(根、皮つき、生) きゅうり(果実、生) またけ(生) 根深ねぎ(葉、生) りんご(皮むき、生)	エネルギー：558kcal タンパク：23g 脂質：26.7g
13 水	チキンカツ キャベツ和え コンソメスープ 大根煮 パナナ	牛乳 フレンチトースト	鶏卵、全卵(生) 若鶏、むね(皮つき、生) かつお節 普通牛乳100 普通牛乳	パン粉(生) 薄力粉(1等) サフラワーズ(ハイオレイック) 食パン 車糖(三温糖) メープルシロップ 有塩バター	キャベツ(結球葉、生) スイートコーン缶詰(ホールカーネルスタイル) にんじん(根、皮つき、生) ブロッコリー(花序、生) たまねぎ(りん茎、生) スイートコーン缶詰(クリームスタイル)	エネルギー：531kcal タンパク：27.3g 脂質：21.8g
14 木	五目納豆 さつまいもの甘煮 大根汁 みかん	スポロン ばかうけ	焼き竹輪 鶏卵、全卵(生) 糸引き納豆 プロセスチーズ かつお節 米みそ(甘みそ)	マヨネーズ(全卵型) さつまいも(塊根、皮むき、生) 車糖(三温糖) じゃがいも(塊茎、皮なし、生) 米菓(塩せんべい)	根深ねぎ(葉、軟白、生) にんじん(根、皮つき、生) はくさい(結球葉、生) ブロッコリー(花序、生) りんご(皮むき、生)	エネルギー：401kcal タンパク：12.8g 脂質：12.4g
15 金	ミートスパゲティ レバーの竜田揚げ 牛乳 白菜の塩昆布和え オレンジ	野菜生活 焼き芋	ふた、ひき肉(生) ミートソース ナチュラルチーズ(ハルメザン) ぶた、肝臓(生) 普通牛乳100	マカロニスパゲッティ(乾) でん粉(じゃがいもでん粉) さつまいも(塊根、皮むき、生) なたね油	たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) トマト缶詰(ホール、食塩無添加) はくさい(結球葉、生) 塩昆布 ハレンシアオレンジ(砂じょう、生)	エネルギー：593kcal タンパク：25.4g 脂質：15g
16 土	野菜サンド ジャムサンド 牛乳 りんご	ぶどうジュース 星たべよ	まぐろ類缶詰(油漬、フレーク、ライト) プロセスチーズ 普通牛乳200	ロールパン マヨネーズ(全卵型) いちご(ジャム、高糖度) 米菓(塩せんべい)	きゅうり(果実、生) レタス(土耕栽培、結球葉、生) りんご(皮むき、生)	エネルギー：805kcal タンパク：23g 脂質：25.9g
17 日						
18 月	竹輪と凍り豆腐煮 ブロッコリー さつま芋シチュー 牛乳 オレンジ	バイクドチーズケーキ 麦茶	焼き竹輪 凍り豆腐(乾) 成鶏、むね(皮つき、生) 普通牛乳100 ヨーグルト(全脂無糖) 鶏卵、全卵(生) クリーム(乳脂肪・植物性脂肪)	車糖(三温糖) でん粉(じゃがいもでん粉) マヨネーズ(全卵型) じゃがいも(塊茎、皮なし、生) さつまいも(塊根、皮むき、生) プレミックス粉(ホカケースタイプ) スティック(ソフト)	ブロッコリー(花序、生) たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) キャベツ(結球葉、生) ハレンシアオレンジ(砂じょう、生)	エネルギー：510kcal タンパク：17.7g 脂質：28.2g
19 火	焼き魚(鮭) ポテトサラダ もずくスープ さつま芋スティック パナナ	牛乳 ビスコ	べにざけ(生) ハム(ロース) プロセスチーズ 鶏卵、全卵(生) 普通牛乳100	ごま(いり) 車糖(三温糖) パン粉(乾燥) サウザンアイランドドレッシング じゃがいも(塊茎、皮なし、生) さつまいも(塊根、皮むき、生) ロールパン	にんじん(根、皮つき、生) スイートコーン(未熟種子、ゆで) きゅうり(果実、生) もずく(塩漬、塩抜き) 根深ねぎ(葉、軟白、生) パナナ(生)	エネルギー：500kcal タンパク：19.2g 脂質：26g
20 水	松風焼き キャベツサラダ もやし汁 じゃが芋の甘味噌煮 みかん	牛乳 ドッグパン	鶏肉、ひき肉(生) 絹ごし豆腐 鶏卵、全卵(生) 米みそ(甘みそ) 油揚げ かつお節 普通牛乳100 ソーゼージ(ウインナー)	ごま(いり) 車糖(三温糖) パン粉(乾燥) サウザンアイランドドレッシング じゃがいも(塊茎、皮なし、生) さつまいも(塊根、皮むき、生) ロールパン	根深ねぎ(葉、軟白、生) たまねぎ(りん茎、生) キャベツ(結球葉、生) にんじん(根、皮つき、生) ブロッコリー(花序、生) きゅうり(果実、生) ブラックマツペもやし(生) うんしゅうみかん	エネルギー：584kcal タンパク：24.2g 脂質：21.2g
21 木	肉じゃが ス克蘭ブルエッグ さつま芋汁 ヤーコンフライ オレンジ	牛乳 アップルマフィン	ふた大型種 なたね油(脂身つき、生) 鶏卵、全卵(生) まぐろ類缶詰(水煮、フレーク、ライト) かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳100 普通牛乳	じゃがいも(塊茎、皮なし、生) しらす(干し) 車糖(三温糖) さつまいも(塊根、皮むき、生) パン粉(生) 薄力粉(1等) きくいも(塊茎、生) サフラワーズ(ハイオレイック) プレミックス粉	にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) ハレンシアオレンジ(砂じょう、生) りんご(皮むき、生)	エネルギー：547kcal タンパク：21.3g 脂質：22.5g
22 金	あんかけ焼きそば 鶏肉のさっぱり煮 牛乳 パナナ	ジョア(プレーン) 大学芋	ふた大型種 なたね油(脂身つき、生) 若鶏、もも(皮つき、生) 普通牛乳100	ごま(いり) 車糖(三温糖) パン粉(乾燥) さつまいも(塊根、皮むき、生) ごま(いり) はちみつ	たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) キャベツ(結球葉、生) パナナ(生)	エネルギー：528kcal タンパク：22.2g 脂質：14.8g
23 土	勤労感謝の日					
24 日						
25 月	きのこカレー シーザーサラダ 牛乳 かぼちゃの甘煮 オレンジ	なかよしヨーグルト マリービスケット	成鶏、むね(皮つき、生) ハム(ロース) ナチュラルチーズ(ハルメザン) 普通牛乳100	じゃがいも(塊茎、皮なし、生) マヨネーズ(全卵型) 車糖(三温糖) ビスケット(ソフト)	マッシュルーム(生) ぶなしめじ(生) たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) きゅうり(果実、生) レタス(土耕栽培、結球葉、生) 日本かぼちゃ(果実、生) ハレンシアオレンジ	エネルギー：442kcal タンパク：14.1g 脂質：20.7g
26 火	さわらのフライ~オーロラソースかけ~ 三色和え チンゲン菜スープ 里芋のみそ和え みかん	牛乳 手作りピザ	さわら(生) 鶏卵、全卵(生) ベーコン(ベーコン) 油揚げ 米みそ(甘みそ) 普通牛乳100 ナチュラルチーズ(ハルメザン)	薄力粉(1等) マヨネーズ(全卵型) パン粉(乾燥) なたね油 車糖(三温糖) さといも(塊茎、生) 強力粉(1等) オリブ油	こまつな(葉、生) ブラックマツペもやし(生) にんじん(根、皮つき、生) チンゲンサイ(葉、生) うんしゅうみかん(生) たまねぎ(りん茎、生) スイートコーン缶詰	エネルギー：544kcal タンパク：23.4g 脂質：27.4g
27 水	鶏のから揚げ マカロニサラダ はんぺん汁 ほうれん草のお浸し パナナ	牛乳 ツナコーンパン	若鶏、もも(皮つき、生) ハム(ロース) プロセスチーズ はんぺん かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳100 まぐろ類缶詰(油漬、フレーク、ライト)	なたね油 でん粉(じゃがいもでん粉) マカロニスパゲッティ(乾) マヨネーズ(全卵型) ロールパン	しょうが(根茎、生) にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) ぶなしめじ(生) きゅうり(果実、生) わかめ(原簿、生) ほうれん草(葉、連年平均、生) パナナ(生) スイートコーン缶詰	エネルギー：647kcal タンパク：26.7g 脂質：31.4g
28 木	五目ひじき煮 さつま芋キッシュ 小松菜汁 オレンジ	気になるジュース 手作りポテトチップス	ふた大型種 ロース(脂身つき、生) 黄だいず(水煮缶詰) 焼き竹輪 鶏卵、全卵(生) かつお節 米みそ(甘みそ)	車糖(三温糖) 有塩バター さつまいも(塊根、皮むき、生) 薄力粉(1等) 焼きふ(親世ふ) じゃがいも(塊茎、皮なし、生) サフラワーズ(ハイオレイック)	ひじき(ほしひじき) にんじん(根、皮つき、生) ごぼう(根、生) こまつな(葉、生) ハレンシアオレンジ(砂じょう、生) ぶどう(濃縮還元ジュース)	エネルギー：374kcal タンパク：11g 脂質：17.4g
29 金	煮込みそうめん 揚げ出し豆腐 牛乳 ブロッコリー りんご	ジョア(プレーン) 肉 巻きおにぎり	かつお節 若鶏、むね(皮つき、生) 凍り豆腐(乾) 普通牛乳100 なたね油 鶏卵、全卵(生) 普通牛乳100	そうめん、ひやむぎ(乾) でん粉(じゃがいもでん粉) なたね油 車糖(三温糖) マヨネーズ(全卵型) 水稲穀粒(精白米)	にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) だいこん(根、皮つき、生) はくさい(結球葉、生) ブロッコリー(花序、生) りんご(皮むき、生)	エネルギー：723kcal タンパク：32.6g 脂質：25.7g
30 土	ハンバーガー 牛乳 みかん	りんごゼリー あまからせん	ふた、ひき肉(生) 鶏卵、全卵(生) プロセスチーズ 普通牛乳200	コッパン 米菓(塩せんべい)	にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) うんしゅうみかん(生) りんご(普通、生)	エネルギー：531kcal タンパク：20.2g 脂質：16.6g

給食MEMO

3日(日) 祝文化の日 14日(木) 餅つき大会
4日(月) 振替休日 20日(水) 焼き芋パーティー
8日(金) お誕生会 23日(土) 祝勤労感謝の日

材料の都合により、献立が変更になることがあります。



令和6年11月 献立表

3歳未満児

会津報徳保育園

日曜	献立名			3歳未満児			会津報徳保育園		
	朝間	昼食	昼間	あか	黄	みどり	栄養価		
				体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとになる	体の調子を整える			
1 金	牛乳 動物ビスケット	ちゃんぽんうどん かぼちゃのそぼろ煮 青菜和え オレンジ	ジョア(ブルーベリー) まあいクラッカー	普通牛乳100 ぶた大型種、かたロス(脂身つき、生) 鶏肉、ひき肉(生)	ビスケット(ソフト) うどん(ゆで) でん粉(じゃがいもでん粉) 車糖(三温糖) クラッカー(ソーダ)	根菜ねぎ(葉、軟白、生) たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) はくさい(結球葉、生) 日本かぼちゃ(果実、生) こまつな(葉、生) ブラックマツペもやし(生) バレンシアアオレンジ(砂じょう、生)	エネルギー: 477kcal タンパク: 17.6g 脂質: 13.2g	エネルギー: 449mg 食塩相当量: 0.9g	
2 土	麦茶 豆乳クッキー	コッペパン(ジャムマーガリン) 野菜スープ 牛乳 パナナ	ぶどうゼリー うす塩せんべい	普通牛乳100	ビスケット(ソフト) コッペパン 無塩バター いちご(ジャム、低糖度) 米菓(塩せんべい)	はくさい(結球葉、生) かぶ(葉、生) かぶ(根、皮つき、生) にんじん(根、皮つき、生) パナナ(生)	エネルギー: 521kcal タンパク: 11.3g 脂質: 17.2g	エネルギー: 171mg 食塩相当量: 1.5g	
3 日	文化の日								
4 月	振替休日								
5 火	麦茶 ほしのせんべい	白身魚のタルタルソース 白菜のお浸し なめこ汁 ご飯 オレンジ	フルーツヨーグルト ミレービスケット	まだら(生) 鶏卵、全卵(生) 絹ごし豆腐 かつお節 米みそ(甘みそ)	米菓(塩せんべい) でん粉(じゃがいもでん粉) サラワー油(ハイオレイック) マヨネーズ(全卵型) 水稲穀粒(精白米) ビスケット(ソフト)	きゅうり(果実、生) はくさい(結球葉、生) にんじん(根、皮つき、生) なめこ(水煮缶詰) 糸みつば(葉、生) バレンシアアオレンジ(砂じょう、生) うんしゅうみかん缶詰(果実)	エネルギー: 435kcal タンパク: 14.1g 脂質: 14.4g	エネルギー: 101mg 食塩相当量: 1g	
6 水	ジョア (プレーン) セブーレ	焼肉 ビーフンソテー 大根汁 ご飯 じゃがバター りんご	牛乳 揚げパン	ぶた大型種、ロス(脂身つき、生) ベーコン(ロス) かつお節 油揚げ 米みそ(甘みそ) 普通牛乳100 きな粉(全粒大豆、黄大豆)	ビスケット(ソフト) ビーフン ソーパ 水稲穀粒(精白米) じゃがいも(焼茎、皮なし、生) 有塩バター 車糖(三温糖) コッペパン なたね油	たんぱく(結球葉、生) にんじん(根、皮つき、生) だれん(根、皮つき、生) りんご(皮むき、生)	エネルギー: 703kcal タンパク: 25.6g 脂質: 24.4g	エネルギー: 445mg 食塩相当量: 1.3g	
7 木	麦茶 りんご	八宝菜 半月卵 わかめスープ ご飯 チーズ オレンジ	なかよしプリン 純米小丸	ぶた大型種、かた(脂身つき、生) 鶏卵、全卵(生) プロセステーズ	オリーブ油 ごま(白) 水稲穀粒(精白米) 米菓(塩せんべい)	りんご(皮むき、生) はくさい(結球葉、ゆで) にんじん(根、皮つき、生) ヤングコーン(幼穂種、生) チンゲンサイ(葉、生) 根菜ねぎ(葉、軟白、生) おかめ(葉、生) バレンシアア	エネルギー: 395kcal タンパク: 12.1g 脂質: 11g	エネルギー: 175mg 食塩相当量: 0.7g	
8 金	果実ジュース Caせんべい	ロコモコ風丼 水菜サラダ コンソメスープ フルーツ盛り合わせ	牛乳 ケーキ	ぶた、ひき肉(生) 凍り豆腐(乾) 鶏卵、全卵(生) ハム(ロス) ベーコン(ベーコン) 普通牛乳100	セアロー(10%果汁入り飲料) 米菓(塩せんべい) 水稲穀粒(精白米) ハン粉(乾燥) 車糖(三温糖) ドレッシングタイプ和風調味料 ショートケーキ	キャベツ(結球葉、生) たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) きゅうり(果実、生) ブラックマツペもやし(生) みずな(葉、生) パナナ(生) バレンシアアオレンジ(砂じょう、生)	エネルギー: 632kcal タンパク: 22.7g 脂質: 20.4g	エネルギー: 223mg 食塩相当量: 1.5g	
9 土	りんごゼリー	菓子袋							
10 日	祝日								
11 月	牛乳 コーンポタージュ ジュゼンべい	磯辺つくね揚げ 青菜和え 豚汁 塩昆布ご飯 みかん	芋花子 手作り飲むヨーグルト	普通牛乳100 鶏肉、ひき肉(生) 米みそ(甘みそ) 鶏卵、全卵(生) かつお節 ぶた大型種、かたロス(脂身つき、生) 普通牛乳100	米菓(塩せんべい) ハン粉(乾燥) サラワー油(ハイオレイック) でん粉(じゃがいもでん粉) 水稲穀粒(精白米) さつまいも(塊根、皮むき、生) なたね油 乳糖類飲料(乳剤)	しょうが(根茎、生) たまねぎ(りん茎、生) こまつな(葉、生) ブラックマツペもやし(生) にんじん(根、皮つき、生) こぼろ(根、生) 根菜ねぎ(葉、軟白、生) だれん(根、皮つき、生)	エネルギー: 515kcal タンパク: 17.7g 脂質: 18.8g	エネルギー: 272mg 食塩相当量: 1g	
12 火	りんごゼリー	ブリの照り焼き スパゲティサラダ まいたけ汁 ご飯 金時豆 りんご	牛乳 手作りクッキー	ぶり(成魚、生) ハム(ロス) 絹ごし豆腐 かつお節 米みそ(甘みそ) ささげ(全粒、乾) 普通牛乳100 鶏卵、全卵(生)	米菓(塩せんべい) マカロニスバゲッティ(乾) マヨネーズ(全卵型) 水稲穀粒(精白米) 車糖(三温糖) 薄力粉(1等) 有塩バター	にんじん(根、皮つき、生) きゅうり(果実、生) まいたけ(生) 菜ねぎ(葉、生) りんご(皮むき、生)	エネルギー: 669kcal タンパク: 24.1g 脂質: 23.8g	エネルギー: 267mg 食塩相当量: 1.2g	
13 水	麦茶 ハッピータン	チキンカツ キャベツ和え コンソメスープ ご飯 大根煮 バナナ	牛乳 フレンチトースト	鶏卵、全卵(生) 若鶏、むね(皮つき、生) かつお節 普通牛乳100 普通牛乳	米菓(塩せんべい) ハン粉(生) 薄力粉(1等) サラワー油(ハイオレイック) 水稲穀粒(精白米) 食パン 車糖(三温糖) ムールシロップ 有塩バター	キャベツ(結球葉、生) スイートコーン缶詰(ホールカーネルスタイル) にんじん(根、皮つき、生) ブロッコリー(花序、生) たまねぎ(りん茎、生) スイートコーン缶詰(クリームスタイル)	エネルギー: 552kcal タンパク: 23.1g 脂質: 17.1g	エネルギー: 178mg 食塩相当量: 1.3g	
14 木	麦茶 ばりりんこ	五目納豆 さつまいもの甘煮 大根汁 ご飯 みかん	スポロン ばかうけ	焼き竹輪 鶏卵、全卵(生) 糸引き納豆 プロセステーズ かつお節 米みそ(甘みそ)	マヨネーズ(全卵型) さつまいも(塊根、皮むき、生) なたね油 水稲穀粒(精白米) 米菓(塩せんべい)	バナナ(生) 根菜ねぎ(葉、軟白、生) にんじん(根、皮つき、生) フロコリー(花序、生) りんご(皮むき、生)	エネルギー: 504kcal タンパク: 11.8g 脂質: 8.2g	エネルギー: 129mg 食塩相当量: 1g	
15 金	なかよしヨーグルト	ミートスパゲティ レバーの竜田揚げ 牛乳 白菜の塩昆布和え オレンジ	野菜生活 焼き芋	ぶた、ひき肉(生) ミートソース ナチュラルチーズ(バルメザン) ぶた、肝臓(生) 普通牛乳100	マカロニスバゲッティ(乾) でん粉(じゃがいもでん粉) なたね油 さつまいも(塊根、皮むき、生)	たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) トマト缶詰(ホール、食塩無添加) はくさい(結球葉、生) 塩昆布 バレンシアアオレンジ(砂じょう、生)	エネルギー: 606kcal タンパク: 24.7g 脂質: 15.8g	エネルギー: 283mg 食塩相当量: 1.4g	
16 土	麦茶 パンダクッキー	ジャムサンド ツナサラダ 牛乳 りんご	ぶどうジュース 星たべよ	まぐろ缶詰(油漬、フレーク) ライト プロセステーズ 普通牛乳100	ビスケット(ソフト) ロールパン いちご(ジャム、高糖度) マヨネーズ(全卵型) 米菓(塩せんべい)	ビス(土耕栽培、結球葉、生) きゅうり(果実、生) りんご(皮むき、生)	エネルギー: 564kcal タンパク: 13.1g 脂質: 16.8g	エネルギー: 174mg 食塩相当量: 1.2g	
17 日	祝日								
18 月	牛乳 アンパンマンせんべい	竹輪と凍り豆腐煮 ブロッコリー まいたけご飯 さつまいもシチュー オレンジ	ベイクドチーズケーキ 麦茶	普通牛乳100 焼き竹輪 凍り豆腐(乾) 成鶏、むね(皮つき、生) ヨーグルト(全脂無糖) 鶏卵、全卵(生) クリーム(乳脂肪、植物性脂肪)	米菓(塩せんべい) 車糖(三温糖) マヨネーズ(全卵型) じゃがいも(塊根、皮なし、生) さつまいも(塊根、皮むき、生) サラワー油(ハイオレイック) ビスケット(ソフト)	フロコリー(花序、生) たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) キャベツ(結球葉、生) バレンシアアオレンジ(砂じょう、生)	エネルギー: 449kcal タンパク: 15.7g 脂質: 23.2g	エネルギー: 239mg 食塩相当量: 0.8g	
19 火	ジョア (ブルーベリー) きなこせ	焼き魚(鮭) ポテトサラダ もやし汁 ご飯 さつまいもスティック バナナ	牛乳 ビスコ	べにざけ(生) ハム(ロス) プロセステーズ 鶏卵、全卵(生) 普通牛乳100	米菓(塩せんべい) じゃがいも(塊根、皮なし、生) マヨネーズ(全卵型) 水稲穀粒(精白米) さつまいも(塊根、皮むき、生) サラワー油(ハイオレイック) ビスケット(ソフト)	にんじん(根、皮つき、生) スイートコーン(未熟種子、ゆで) きゅうり(果実、生) もずく(塩蔵、塩抜き) 根菜ねぎ(葉、軟白、生) パナナ(生)	エネルギー: 669kcal タンパク: 23.3g 脂質: 21.8g	エネルギー: 448mg 食塩相当量: 0.8g	
20 水	焼き芋	松風焼き キャベツサラダ もやし汁 ご飯 じゃが芋の甘味噌煮 みかん	牛乳 ドッグパン	鶏肉、ひき肉(生) 絹ごし豆腐 鶏卵、全卵(生) 米みそ(甘みそ) 油揚げ かつお節 普通牛乳100 ソーセージ(ウインナー)	さつまいも(塊根、皮むき、生) ごま(白) 車糖(三温糖) ハン粉(乾燥) サウザンアイランドドレッシング 水稲穀粒(精白米) じゃがいも(塊根、皮なし、生) ロールパン	根菜ねぎ(葉、軟白、生) たまねぎ(りん茎、生) キャベツ(結球葉、生) にんじん(根、皮つき、生) フロコリー(花序、生) きゅうり(果実、生) ブラックマツペもやし(生) うんしゅうみかん缶詰(果実)	エネルギー: 578kcal タンパク: 20.9g 脂質: 17.1g	エネルギー: 223mg 食塩相当量: 1.5g	
21 木	麦茶 みかん	肉じゃが ス克蘭ブルエッグ さつまいも ご飯 ヤーコンフライ オレンジ	牛乳 アップルマフィン	ぶた大型種、かた(脂身つき、生) 鶏卵、全卵(生) まぐろ缶詰(水煮、フレーク) かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳100 普通牛乳	じゃがいも(塊根、皮なし、生) なたね油 車糖(三温糖) さつまいも(塊根、皮むき、生) サラワー油(ハイオレイック) ロールパン	りんご(皮むき、生) なたね油(生) たまねぎ(りん茎、生) ふなしめじ(生) バレンシアアオレンジ(砂じょう、生) りんご(皮むき、生)	エネルギー: 589kcal タンパク: 19.4g 脂質: 18.2g	エネルギー: 244mg 食塩相当量: 1.2g	
22 金	麦茶 いちごちゃん クッキー	あんかけ焼きそば 鶏肉のさっぱり煮 牛乳 パナナ	ジョア(プレーン) 大学芋	ぶた大型種、かた(脂身つき、生) 若鶏、もも(皮つき、生) 普通牛乳100	ビスケット(ソフト) 菓(中華めん) なたね油 車糖(三温糖) さつまいも(塊根、皮むき、生) ごま(白) はちみつ	たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) キャベツ(結球葉、生) パナナ(生)	エネルギー: 543kcal タンパク: 20.7g 脂質: 17.3g	エネルギー: 432mg 食塩相当量: 0.9g	
23 土	勤労感謝の日								
24 日	祝日								
25 月	フルーツジュース おしょうゆせんべい	きのこカレー シーザーサラダ 牛乳 かぼちゃの甘煮 ご飯 オレンジ	なかよしヨーグルト マリービスケット	成鶏、むね(皮つき、生) ハム(ロス) ナチュラルチーズ(バルメザン) 普通牛乳100	米菓(塩せんべい) じゃがいも(塊根、皮なし、生) マヨネーズ(全卵型) 車糖(三温糖) 水稲穀粒(精白米) ビスケット(ソフト)	マッシュルーム(生) ぶなしめじ(生) たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) きゅうり(果実、生) レタス(土耕栽培、結球葉、生) 日本かぼちゃ(果実、生) バレンシアアオレンジ(砂じょう、生)	エネルギー: 584kcal タンパク: 15.4g 脂質: 18.8g	エネルギー: 260mg 食塩相当量: 1.9g	
26 火	ヤクルト ウエハース	さわらのフライ~オーロラソースかけ~ 三色和え チンゲン菜スープ ご飯 里芋のみそ和え みかん	牛乳 手作りピザ	さわら(生) 鶏卵、全卵(生) ベーコン(ロス) 油揚げ 米みそ(甘みそ) 普通牛乳100 ナチュラルチーズ(バルメザン)	ウエハース 薄力粉(1等) マヨネーズ(全卵型) ハン粉(乾燥) なたね油 水稲穀粒(精白米) 車糖(三温糖) さつまいも(塊根、皮むき、生) 薄力粉(1等) オリーブ油	こまつな(葉、生) ブラックマツペもやし(生) にんじん(根、皮つき、生) チンゲンサイ(葉、生) うんしゅうみかん缶詰(果実) たまねぎ(りん茎、生) スイートコーン缶詰(生)	エネルギー: 625kcal タンパク: 21.7g 脂質: 23.2g	エネルギー: 260mg 食塩相当量: 1.5g	
27 水	なかよしプリン	鶏のから揚げ マカロニサラダ はんぺん汁 ご飯 ほうれん草のお浸し バナナ	牛乳 ツナコーンパン	若鶏、もも(皮つき、生) ハム(ロス) プロセステーズ はんぺん かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳100 まぐろ缶詰(油漬、フレーク、ライト)	なたね油 でん粉(じゃがいもでん粉) マカロニスバゲッティ(乾) マヨネーズ(全卵型) 水稲穀粒(精白米) ロールパン	しょうが(根茎、生) にんじん(根、皮つき、生) にんじん(根、皮つき、生) きゅうり(果実、生) わかめ(葉、生) ほうれん草(葉、通年平産、生) パナナ(生) スイートコーン缶詰	エネルギー: 673kcal タンパク: 22.9g 脂質: 26.2g	エネルギー: 215mg 食塩相当量: 1.7g	
28 木	麦茶 かぼちゃポーロ	五目ひじき煮 さつまいもキャッシュ 小松菜汁 ご飯 オレンジ	気になるジュース 手作りポテトチップス	ぶた大型種、ロス(脂身つき、生) 鶏卵、全卵(生) 焼き竹輪 鶏卵、全卵(生) かつお節 米みそ(甘みそ)	ポーロ(衛生ポーロ) 車糖(三温糖) 有塩バター さつまいも(塊根、皮むき、生) 薄力粉(1等) 焼き(縦つぶ) 水稲穀粒(精白米) じゃがいも(塊根、皮なし、生) サラワー油	ひじき(ほしひじき) にんじん(根、皮つき、生) ごぼう(根、生) こまつな(葉、生) バレンシアアオレンジ(砂じょう、生) ぶどう(濃縮還元ジュース)	エネルギー: 454kcal タンパク: 10.8g 脂質: 13.9g	エネルギー: 120mg 食塩相当量: 0.8g	
29 金	牛乳 バナナ	煮込みそうめん 揚げ出し豆腐 ブロッコリー りんご	ジョア(プレーン) 肉巻きおにぎり	普通牛乳100 かつお節 若鶏、むね(皮つき、生) 凍り豆腐(乾) ぶた大型種、ロス(脂身つき、生)	そうめん、ひやむぎ(乾) でん粉(じゃがいもでん粉) なたね油 車糖(三温糖) マヨネーズ(全卵型) 水稲穀粒(精白米)	バナナ(生) にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) だれん(根、皮つき、生) はくさい(結球葉、生) ブロッコリー(花序、生) りんご(皮むき、生)	エネルギー: 673kcal タンパク: 29.1g 脂質: 20.6g	エネルギー: 517mg 食塩相当量: 1.8g	
30 土	麦茶 白い風船	ハンバーガー 牛乳 みかん	りんごゼリー あまからせん	ぶた、ひき肉(生) 鶏卵、全卵(生) プロセステーズ 普通牛乳100	ウエハース コッペパン 米菓(塩せんべい)	にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) うんしゅうみかん缶詰(果実) うん(普通、生)	エネルギー: 399kcal タンパク: 13g 脂質: 10.9g	エネルギー: 201mg 食塩相当量: 1.2g	

給食MEMO

3日(日) 文化の日
4日(月) 振替休日
8日(金) お誕生会

14日(木) 餅つき大会
20日(水) 焼き芋パーティー
23日(土) 勤労感謝の日

1歳6か月未満の子は、きざみ・薄味にしています。材料の都合により、献立が変更になることがあります。



令和6年 11月 離乳食献立予定表



※個々に合わせて進めていきます

		中期 7ヶ月～8ヶ月 舌でつぶせる固さ モグモグ期	後期 9ヶ月～11ヶ月 歯ぐきでつぶせる固さ カミカミ期
日	曜		
1	金	煮込みうどん 肉団子のトロトロ煮	煮込みうどん 肉団子のトロトロ煮
2	土	野菜パン粥 玉ねぎとカジキのトロトロ煮	野菜パン粥 玉ねぎとカジキのトロトロ煮
3	日	文化の日	
4	月	振替休日	
5	火	7倍粥 白菜汁 マーボー豆腐風トロトロ煮	5倍粥 白菜汁 マーボー豆腐風トロトロ煮
6	水	7倍粥 大根汁 じゃが芋のささ身風トロトロ煮	5倍粥 大根汁 じゃが芋のささ身風トロトロ煮
7	木	7倍鮭粥 玉ねぎ汁 人参のトロトロ煮	5倍鮭粥 玉ねぎ汁 人参のトロトロ煮
8	金	ポテトゾット風粥 小松菜の白和え風トロトロ煮	ポテトゾット風粥 小松菜の白和え風トロトロ煮
9	土	彩野菜粥 ささ身とトマトのトロトロ煮	彩野菜粥 ささ身とトマトのトロトロ煮
10	日		
11	月	7倍粥 青菜汁 豆腐と人参のトロトロ煮	5倍粥 青菜汁 豆腐と人参のトロトロ煮
12	火	7倍粥 じゃが芋汁 レタスとカジキのトロトロ煮	5倍粥 じゃが芋汁 レタスとカジキのトロトロ煮
13	水	7倍粥 ブロッコリースープ キャベツとささ身のトロトロ煮	5倍粥 ブロッコリースープ キャベツとささ身のトロトロ煮
14	木	7倍粥 大根汁 さつま芋と納豆のトロトロ煮	5倍粥 大根汁 さつま芋と納豆のトロトロ煮
15	金	7倍粥 大根汁 かぼちゃと鮭のトロトロ煮	5倍粥 大根汁 かぼちゃと鮭のトロトロ煮
16	土	コーンパン粥 玉ねぎと豆腐のトロトロ煮	コーンパン粥 玉ねぎと豆腐のトロトロ煮
17	日		
18	月	7倍粥 さつま芋スープ ブロッコリーとレバーのトロトロ煮	5倍粥 さつま芋スープ ブロッコリーとレバーのトロトロ煮
19	火	7倍鮭粥 人参汁 ポテトサラダ風トロトロ煮	5倍鮭粥 人参汁 ポテトサラダ風トロトロ煮
20	水	7倍粥 キャベツ汁 ブロッコリーと豆腐のトロトロ煮	5倍粥 キャベツ汁 ブロッコリーと豆腐のトロトロ煮
21	木	7倍粥 ほうれん草汁 肉じゃが風トロトロ煮	5倍粥 ほうれん草汁 肉じゃが風トロトロ煮
22	金	7倍粥 白菜汁 玉ねぎとカジキのトロトロ煮	5倍粥 白菜汁 玉ねぎとカジキのトロトロ煮
23	土	勤労感謝の日	
24	日		
25	月	7倍粥 レタススープ かぼちゃのそぼろ風トロトロ煮	5倍粥 レタススープ かぼちゃのそぼろ風トロトロ煮
26	火	7倍粥 玉ねぎ汁 鮭と大根のトロトロ煮	5倍粥 玉ねぎ汁 鮭と大根のトロトロ煮
27	水	7倍粥 ほうれん草汁 豆腐とかぼちゃのトロトロ煮	5倍粥 ほうれん草汁 豆腐とかぼちゃのトロトロ煮
28	木	7倍粥 小松菜汁 レバーとかぼちゃのトロトロ煮	5倍粥 小松菜汁 レバーとかぼちゃのトロトロ煮
29	金	野菜煮込みそうめん 肉団子のトロトロ煮	野菜煮込みそうめん 肉団子のトロトロ煮
30	土	ポテトパン粥 玉ねぎと鮭のトロトロ煮	ポテトパン粥 玉ねぎと鮭のトロトロ煮
ごはんから作る		7倍粥 ごはん 1 : 水 3	5倍粥 ごはん 1 : 水 2
米から作る		米 1 : 水 7	米 1 : 水 5