

2026年11月

献立表



日	曜	昼食献立名	幼稚園部 給食	昼おやつ	材料（昼食と昼おやつ）			朝おやつ
					赤の食べ物 (血や肉や骨になるもの)	黄色の食べ物 (熱と力になるもの)	緑の食べ物 (体の調子を整えるもの)	
2	月	鶏肉の照り焼き丼 みそ汁		ツナコーンのおやき	鶏肉、ツナ水煮缶、みそ、 チーズ、油揚げ、凍り豆腐	米、小麦粉、強力粉、砂糖、 じゃがいも、片栗粉、 マヨネーズ	こまつな、にんじん、 たまねぎ、コーン、だいこん	星せんべい
4	水	麦ごはん はくさいのごま酢和え 鶏肉のマーマレード煮 みそ汁		にんじんおにぎり ウエハース	鶏肉、みそ	米、押麦、片栗粉、ごま、 砂糖	はくさい、たまねぎ、 にんじん、かぼちゃ、 マーマレード、かぶ、 ほうれんそう、	ベジタブルスティック
5	木	ごはん みそ汁 竜田揚げ 果物 ひじき煮	●	ポテトクッキー おやついりこ	魚、木綿豆腐、脱脂粉乳、 みそ、油揚げ、バター、 いりこ	米、じゃがいも、小麦粉、 砂糖、油、片栗粉	バナナ、たまねぎ、 キャベツ、にんじん、 こまつな、ひじき、しょうが	米ソフトせんべい
6	金	ピピンパ スープ	●	米粉蒸しケーキ チーズ	豚ひき肉、鶏ひき肉、豆乳	米、米粉、砂糖、ごま、油、 ごま油	たまねぎ、こまつな、 もやし、はくさい、にんじ ん、いちごジャム、コーン、 切り干しだいこん、しょうが	ミレービスケット
7	土	お弁当の日		幼児用菓子				星せんべい
9	月	ごはん にんじんマリネ チキンカツ みそ汁	●	チーズ煮しまんじゅう おやついりこ	鶏むね肉、チーズ、みそ、 脱脂粉乳、いりこ	米、小麦粉、さつまいも、 パン粉、油、砂糖	たまねぎ、にんじん、 キャベツ、こまつな、ごぼう	ベジタブルスティック
10	火	ごはん はるさめともやしのソテー 肉じゃが みそ汁	●	きつねおにぎり ウエハース	豚肉、みそ、油揚げ、 凍り豆腐	米、じゃがいも、しらたき、 はるさめ、砂糖、油、ごま	たまねぎ、にんじん、もや し、はくさい、ピーマン、 切り干しだいこん、ひじき	米ソフトせんべい
11	水	お弁当の日		幼児用菓子				ミレービスケット
12	木	ごはん さつまいもきんぴら 西京焼き すまし汁	●	チヂミ おやついりこ	魚、ツナ水煮缶、みそ、 いりこ、凍り豆腐、 とろけるチーズ	米、さつまいも、米粉、 小麦粉、油、片栗粉、砂糖、 ごま油	たまねぎ、にんじん、 だいこん、コーン、生わか め、えのきだけ	果物
13	金	麻婆丼 切り干し大根サラダ	●	ごまクッキー チーズ	木綿豆腐、豚ひき肉、豆乳、 みそ	米、小麦粉、油、砂糖、 片栗粉、すりごま	たまねぎ、にんじん、 切り干しだいこん、コーン、 こまつな、きゅうり	星せんべい
14	土	お弁当の日		幼児用菓子				米ソフトせんべい
16	月	ごはん マカロニサラダ 鶏のから揚げ 野菜スープ	●	五平もち ウエハース	鶏肉、油揚げ、みそ	米、マカロニ、油、マヨネー ズ、砂糖、ごま	たまねぎ、キャベツ、 にんじん、きゅうり	ミレービスケット
17	火	麦ごはん 炒り豆腐 魚の照り焼き みそ汁	●	焼きいも	魚、木綿豆腐、みそ	さつまいも、米、片栗粉、 押麦、油、砂糖	たまねぎ、だいこん、 にんじん、こまつな、 ごぼう、しめじ	星せんべい
18	水	ごはん かぼちゃサラダ 豚肉の生姜焼き みそ汁		はりはりおにぎり ウエハース	豚肉、みそ	米、マヨネーズ、油、 片栗粉、ごま、砂糖	たまねぎ、かぼちゃ、 はくさい、にんじん きゅうり、生わかめ、 ごぼう、ピーマン、 切り干しだいこん、しょうが	ベジタブルスティック
19	木	カレーライス りんごゼリー 野菜の和え物	●	お麩ラスク おやついりこ	鶏肉、バター、いりこ	米、じゃがいも、焼ふ、 砂糖、油	たまねぎ、はくさい、 りんご濃縮果汁、にんじん、 粉かてん	米ソフトせんべい
20	金	野菜そぼろ丼 はるさめサラダ	●	にんじんもち チーズ	豚ひき肉、挽きわり納豆、 豆乳、ツナ水煮缶、きな粉	米、米粉、砂糖、油、 はるさめ	にんじん、たまねぎ、 キャベツ、こまつな、 コーン、きゅうり	ミレービスケット
21	土	お弁当の日		幼児用菓子				星せんべい
24	火	ごはん 大根と揚げの煮物 ツナふりかけ 野菜スープ	●	焼きおにぎり チーズ	鶏ひき肉、油揚げ、ツナ水煮 缶、かつお節	米、片栗粉、油、砂糖、 米粉、ごま油	たまねぎ、だいこん、 コーン、にんじん、 キャベツ、かぶ、こまつな、 エリンギ、ひじき、しょうが	米ソフトせんべい
25	水	ごはん みかん 豚汁	白ご飯 持参	肉まん	豚肉、みそ、豚ひき肉、 油揚げ	米、小麦粉、さつまいも、 板こんにゃく、じゃがいも、 さといも、砂糖、油、片栗粉	みかん、たまねぎ、 だいこん、はくさい、 キャベツ、ごぼう、 にんじん、しめじ、 えのきだけ	ベジタブルスティック
26	木	麦ごはん 大豆サラダ 魚の甘酢あん みそ汁	●	こまつなおにぎり ウエハース	魚、大豆（乾）、みそ、 ツナ水煮缶	米、押麦、油、マヨネーズ、 片栗粉、砂糖、ごま油	たまねぎ、にんじん、 だいこん、かぼちゃ、 きゅうり、ほうれんそう、 こまつな	星せんべい
27	金	あんかけ丼 キャベツのおかか和え	●	チーズじゃが おやついりこ	豚ひき肉、鶏ひき肉、いり こ、脱脂粉乳、かつお節、 とろけるチーズ、	米、じゃがいも、片栗粉、 はるさめ、油、砂糖	キャベツ、たまねぎ、 にんじん、ピーマン	ミレービスケット
28	土	お弁当の日		幼児用菓子				米ソフトせんべい
30	月	ごはん キャベツとコーンの和え物 じゃが芋と鶏肉のゴマ煮 みそ汁	●	おさつスコーン おやついりこ	鶏肉、豆乳、みそ、脱脂粉 乳、いりこ、凍り豆腐	米、さつまいも、小麦粉、 しらたき、じゃがいも、油、 片栗粉、砂糖、ごま	キャベツ、たまねぎ、 にんじん、コーン、かぶ、 しょうが、こまつな	星せんべい
1か月の平均栄養量 (幼児・おやつ含む)		エネルギー 462kcal			※食材の仕入れなどにより、献立・材料が変更になる場合がありますので、ご了承ください。			
		たんぱく質 17g			※ナースリーの給食は、家庭での食事の様子に合わせて献立内容が変更になります。			
		脂質 12.2g			まだ食べたことのない食材を家庭で食べてアレルギー症状などの問題ない場合はお知らせください。			
		塩分 1.1g			※幼稚園部は毎週水曜日がお弁当になります。			