11月の献立表

令和8年　　かもめ幼稚園

日にち	曜日		使用する主な食材	午前おやつ	午後おやつ
2	月	ご飯　豚肉の甘辛炒め ほうれん草のごま和え　みそ汁	米　豚肉　白菜　人参　青ネギ ほうれん草　もやし　人参　大根　なめこ	お茶 パリパリパンプキン	牛乳 お好み焼き
4	水	しょうゆラーメン さつまいものバター煮　フルーツヨーグルト	中華麺　かまぼこ　豚肉　もやし　チンゲン菜　長ネギ さつまいも　ヨーグルト　バナナ　みかん缶	お茶 どうぶつビスケット	牛乳 そぼろおにぎり
5	木	ご飯　魚の甘酢あんかけ 野菜のごもく煮　みそ汁	米　タラ　玉ねぎ　人参 さつま揚げ　高野豆腐　大根　人参 いんげん　さつまいも　玉ねぎ　ねぎ	お茶 ぽたぽた焼き	牛乳 お野菜パンケーキ
6	金	ちらし寿司　鶏のからあげ ひじきのサラダ　せんべい汁　フルーツポンチ	米　しいたけ　人参　卵　いんげん　鶏肉 ひじき　キャベツ　ほうれん草　人参　おつゆせんべい　鶏肉　大根　人参　ごぼう　みかん缶　ゼリー　桃缶	お茶 ビスコ	牛乳 ちとせあめ風チュロス
7	土	ご飯　豚みそ炒め 大根とちくわのサラダ　すまし汁	米　豚肉　玉ねぎ　人参　小松菜 大根　ちくわ　きゅうり　人参　おつゆふ　わかめ	お茶 ほしたべよ	牛乳 ムーンライト
9	月	ご飯　鶏だいこん ブロッコリーと切干大根サラダ　みそ汁	米　鶏肉　大根　人参 ブロッコリー　切干大根　人参　コーン　豆腐　わかめ	お茶 アスパラガスビスケット	牛乳 きなこ蒸しパン
10	火	ご飯　魚の照り焼き 小松菜のみそマヨ和え　すまし汁	米　サワラ 小松菜　もやし　人参　おつゆふ　ほうれん草	お茶 マンナビスケット	牛乳 大学いも
11	水	五目にゅうめん じゃがいものそぼろ炒め　バナナヨーグルト	そうめん　かまぼこ　油揚げ　ほうれん草　人参　ねぎ じゃがいも　豚ひき肉　玉ねぎ　グリンピース　バナナ　ヨーグルト	お茶 アンパンマンせんべい	牛乳 焼きおにぎり
12	木	ご飯　すき焼き風煮 ブロッコリーのおかか和え　みそ汁	米　豆腐　豚肉　白菜　しいたけ　人参 ブロッコリー　人参　もやし　じゃがいも　わかめ	お茶 きらきらコーンのお星さま	牛乳 りんごさつまいもケーキ
13	金	クリームスパゲティ ブロッコリーのサラダ　コンソメスープ　オレンジ	スパゲティ　鶏肉　玉ねぎ　コーン　しめじ ブロッコリー　白菜　人参　ハム　キャベツ　人参　オレンジ	お茶 ルヴァンクラッカー	牛乳 菜飯おにぎり
16	月	中華丼 ブロッコリーの中華和え　春雨スープ	米　豚肉　かまぼこ　白菜　玉ねぎ　人参 ブロッコリー　ハム　もやし　人参　春雨　コーン　ねぎ	お茶 パリパリパンプキン	牛乳 きなこドーナツ
17	火	ツナピラフ　鶏のマーマレード焼き ポトフ　お誕生会ケーキ	米　ツナ　玉ねぎ　人参　コーン　鶏肉　ブロッコリー ウィンナー　キャベツ　人参　玉ねぎ　ケーキ	お茶 どうぶつビスケット	牛乳 スモア
18	水	ご飯　鶏のちゃんちゃん焼き マカロニサラダ　すまし汁	米　鶏肉　キャベツ　玉ねぎ　人参　ピーマン マカロニ　きゅうり　人参　コーン　大根　青ネギ	お茶 ぽたぽた焼き	牛乳 シュガーバターサンド
19	木	ご飯　豚の生姜焼き こふき芋　みそ汁	米　豚肉　玉ねぎ じゃがいも　もやし　ほうれん草	お茶 ビスコ	牛乳 肉まん
20	金	キーマカレー(麦ごはん) にんじんのマリネ　バナナ	米　押し麦　豚ひき肉　玉ねぎ　人参 人参　ツナ　ブロッコリー　バナナ	お茶 ほしたべよ	牛乳 パンナコッタ
21	土	ご飯　鶏肉のごま炒め ほうれん草のおかか和え　みそ汁	米　鶏肉　玉ねぎ ほうれん草　大根　人参　油揚げ　白菜	お茶 アスパラガスビスケット	牛乳 バームクーヘン
24	火	ビビンバ丼 じゃがいもベーコン炒め　中華スープ　りんご	米　豚ひき肉　ほうれん草　人参　もやし じゃがいも　ベーコン　ピーマン　玉ねぎ　わかめ　ねぎ　りんご	お茶 マンナビスケット	牛乳 きなこサンド
25	水	ご飯　豆腐チャンプル さつまいもの天ぷら　みそ汁	米　豆腐　豚肉　玉ねぎ　人参　小松菜 さつまいも　えのき　玉ねぎ	お茶 アンパンマンせんべい	牛乳 りんご蒸しパン
26	木	けんちんうどん カラフル肉団子　みかんヨーグルト	うどん　豚肉　豆腐　大根　さといも　人参　ごぼう 肉団子　パプリカ　玉ねぎ　みかん缶　ヨーグルト	お茶 きらきらコーンのお星さま	牛乳 たこ焼き風おにぎり
27	金	食パン　チキンカツ ポテトサラダ　白菜のスープ	米　チキンカツ じゃがいも　きゅうり　人参　白菜　人参	お茶 ルヴァンクラッカー	牛乳 ごはんせんべい
28	土	ご飯　照り焼きチキン 切干大根のサラダ　みそ汁	米　鶏肉　大根　人参 切干大根　ほうれん草　人参　おつゆふ　ぶなしめじ	お茶 パリパリパンプキン	牛乳 ばかうけ
30	月	ご飯　豚やきにく ブロッコリーサラダ　みそ汁	米　豚肉　キャベツ　人参 ブロッコリー　もやし　コーン　玉ねぎ　生揚げ	お茶 どうぶつビスケット	牛乳 ひとくちポテト

◎午前おやつはみみちゃん(普通食)、ひよこ組のおやつです
◎午後のおやつは全員のおやつです

●6日は七五三メニューです。
●17日はお誕生会です。





	目標栄養価(幼児)	今月の栄養価
エネルギー	574kcal	570kcal
たんぱく質	22..2g	22.1g
脂質	16.9g	16.8g
食塩相当量	1.5g	1.6g

この献立は食材の都合により変更になる場合があります
シダックスフードサービス(株)