

令和6年11月予定献立表

未満児

日付					1日	2日
午前おやつ					ヨーグルト	
昼食	◎印・手作りおやつ ★印・地産地消 (丸森の野菜を使用します) 未満児は毎日主食提供です				さわら西京焼き ビーフンソテー (ビーフン、ひき肉、玉ねぎ、人参、ピーマン) みそ汁 (キャベツ、長ねぎ、人参) パイナップル	
午後おやつ					せんべい 牛乳 エネルギー：411kcal脂質：10.8g たんぱく質：19.7g塩分：1.5g	
日付	4日	5日	6日	7日 立冬	8日	9日
午前おやつ	りんごジュース		ビスコ 牛乳	せんべい 麦茶	ショア	
昼食	ミートボールケチャップ炒め (ミートボール、玉ねぎ) キャバツサラダ (キャベツ、ツナ、コーン) マカロニスープ (マカロニ、人参、長ねぎ) みかん		鮭のホイル焼き (鮭、玉ねぎ) わかめの塩昆布和え (わかめ、大根、人参、塩ふき昆布) みそ汁 (玉ねぎ、ほうれん草、えのき) りんご	豆腐あんかけ (豆腐、ひき肉、白米、人参、ピーマン) かぼちゃ味噌マヨ焼き (かぼちゃ、ブロッコリー) すまし汁 (鮭、もやし、しめじ) パナナ	豚肉塩こうじ炒め (豚肉、玉ねぎ) かむかむかわりきんぴら (レンコン、大根、人参、ひじき、いんげん) みそ汁 (豆腐、油揚げ、小松菜) ゼリー	
午後おやつ			たいやき 牛乳	◎ごまちゃんすこう 麦茶	◎チーズスティックトースト 牛乳	◎大学いも 麦茶
日付	11日	12日	13日★地産地消★	14日	15日七五三お祝いメニュー	16日
午前おやつ	ヨーグルト		せんべい 牛乳	りんごジュース	ゼリー	
昼食	秋ナスのみそ炒め (豚肉、ナス、玉ねぎ、ピーマン) 小松菜のお浸し (小松菜、竹輪、キャベツ) さつまいもの甘煮 みかん		鶏肉のうまだれ焼き もやしと胡瓜のさっぱり和え (もやし、胡瓜、わかめ、人参) みそ汁 (油揚げ、キャベツ、しめじ) ゼリー	麻婆豆腐 (豆腐、ひき肉、玉ねぎ、人参、しいたけ、ネー) ヤーコンきんぴら (ヤーコン、大根、人参) 白菜おかか和え (白菜、竹輪、胡瓜、もやし) 柿	鶏肉のかりん揚げ 大根の煮物 (大根、油揚げ、人参) みそ汁 (えのき、玉ねぎ、ほうれん草) パナナ	
午後おやつ	◎ジャムサンド 牛乳		おからの実かりんどう 麦茶	◎きなこマフィン 麦茶	◎マシュマロサンド 牛乳	◎スイートポテト 牛乳
日付	18日	19日	20日	21日海外メニュー	22日	23日
午前おやつ	りんごジュース		ビスコ 牛乳	クラッカー 牛乳	ショア	せんべい 麦茶
昼食	サバの味噌煮 ウィンナーとブロッコリー炒め (ウィンナー、ブロッコリー、玉ねぎ、ピーマン) みそ汁 (わかめ、しめじ) 柿		生妻焼き (豚肉、玉ねぎ) キャバツサラダ (キャベツ、小松菜、人参) みそ汁 (豆腐、えのき、長ねぎ) オレンジ	チャプチェ (豆腐、玉ねぎ、人参、ピーマン、卵、ネー) ポテトサラダ (じゃが芋、胡瓜、人参、チーズ) コロコロ野菜スープ (大根、人参、グリーンピース) みかん	チャーメン (中華肉、豆腐、白米、玉ねぎ、人参、コーン) わかめの中華和え (もやし、人参、わかめ) 手作り杏仁豆腐	
午後おやつ	◎バナナクッキー 牛乳		◎きつねおにぎり 麦茶	◎りんごマフィン 麦茶	◎セザミトースト 牛乳	◎コーンブレックおこし 牛乳
日付	25日	26日	27日★地産地消★	28日	29日	30日
午前おやつ	せんべい 麦茶		ヨーグルト	ゼリー	ビスケット 牛乳	ショア
昼食	チーズハンバーグ かぼちゃサラダ (かぼちゃ、グリーンピース) やさいスープ (白菜、ほうれん草、ベーコン) みかんヨーグルト		きつねうどん (うどん、鶏肉、油揚げ) 海藻サラダ (わかめ、胡瓜、カニカマ、コーン) 天ぷら (かぼちゃ、ちくわ) パナナ	すき焼き豆腐 (豆腐、豚肉、白米、卵、しいたけ、しめじ) 切干大根ケチャップ煮 (切干大根、玉ねぎ、ピーマン、ウィンナー) ヤーコンサラダ (ヤーコン、ごぼう、人参、コーン) りんご	パーベキューチキン ブロッコリーおかか和え (ブロッコリー、もやし) わかたまスープ (わかめ、卵、えのき、長ねぎ) ゼリー	
午後おやつ	◎マカロニきなこと 牛乳		◎おかかおにぎり 麦茶	◎メロンパントースト 牛乳	◎かぼちゃクッキー 麦茶	◎シュガートースト 牛乳
日付	4日	5日	6日	7日	8日	9日
午前おやつ	りんごジュース		ビスコ 牛乳	せんべい 麦茶	ショア	
昼食	ミートボールケチャップ炒め (ミートボール、玉ねぎ) キャバツサラダ (キャベツ、ツナ、コーン) マカロニスープ (マカロニ、人参、長ねぎ) みかん		鮭のホイル焼き (鮭、玉ねぎ) わかめの塩昆布和え (わかめ、大根、人参、塩ふき昆布) みそ汁 (玉ねぎ、ほうれん草、えのき) りんご	豆腐あんかけ (豆腐、ひき肉、白米、人参、ピーマン) かぼちゃ味噌マヨ焼き (かぼちゃ、ブロッコリー) すまし汁 (鮭、もやし、しめじ) パナナ	豚肉塩こうじ炒め (豚肉、玉ねぎ) かむかむかわりきんぴら (レンコン、大根、人参、ひじき、いんげん) みそ汁 (豆腐、油揚げ、小松菜) ゼリー	
午後おやつ			たいやき 牛乳	◎ごまちゃんすこう 麦茶	◎チーズスティックトースト 牛乳	◎大学いも 麦茶
日付	11日	12日	13日★地産地消★	14日	15日七五三お祝いメニュー	16日
午前おやつ	ヨーグルト		せんべい 牛乳	りんごジュース	ゼリー	
昼食	秋ナスのみそ炒め (豚肉、ナス、玉ねぎ、ピーマン) 小松菜のお浸し (小松菜、竹輪、キャベツ) さつまいもの甘煮 みかん		鶏肉のうまだれ焼き もやしと胡瓜のさっぱり和え (もやし、胡瓜、わかめ、人参) みそ汁 (油揚げ、キャベツ、しめじ) ゼリー	麻婆豆腐 (豆腐、ひき肉、玉ねぎ、人参、しいたけ、ネー) ヤーコンきんぴら (ヤーコン、大根、人参) 白菜おかか和え (白菜、竹輪、胡瓜、もやし) 柿	鶏肉のかりん揚げ 大根の煮物 (大根、油揚げ、人参) みそ汁 (えのき、玉ねぎ、ほうれん草) パナナ	
午後おやつ	◎ジャムサンド 牛乳		おからの実かりんどう 麦茶	◎きなこマフィン 麦茶	◎マシュマロサンド 牛乳	◎スイートポテト 牛乳
日付	18日	19日	20日	21日海外メニュー	22日	23日
午前おやつ	りんごジュース		ビスコ 牛乳	クラッカー 牛乳	ショア	せんべい 麦茶
昼食	サバの味噌煮 ウィンナーとブロッコリー炒め (ウィンナー、ブロッコリー、玉ねぎ、ピーマン) みそ汁 (わかめ、しめじ) 柿		生妻焼き (豚肉、玉ねぎ) キャバツサラダ (キャベツ、小松菜、人参) みそ汁 (豆腐、えのき、長ねぎ) オレンジ	チャプチェ (豆腐、玉ねぎ、人参、ピーマン、卵、ネー) ポテトサラダ (じゃが芋、胡瓜、人参、チーズ) コロコロ野菜スープ (大根、人参、グリーンピース) みかん	チャーメン (中華肉、豆腐、白米、玉ねぎ、人参、コーン) わかめの中華和え (もやし、人参、わかめ) 手作り杏仁豆腐	
午後おやつ	◎バナナクッキー 牛乳		◎きつねおにぎり 麦茶	◎りんごマフィン 麦茶	◎セザミトースト 牛乳	◎コーンブレックおこし 牛乳
日付	25日	26日	27日★地産地消★	28日	29日	30日
午前おやつ	せんべい 麦茶		ヨーグルト	ゼリー	ビスケット 牛乳	ショア
昼食	チーズハンバーグ かぼちゃサラダ (かぼちゃ、グリーンピース) やさいスープ (白菜、ほうれん草、ベーコン) みかんヨーグルト		きつねうどん (うどん、鶏肉、油揚げ) 海藻サラダ (わかめ、胡瓜、カニカマ、コーン) 天ぷら (かぼちゃ、ちくわ) パナナ	すき焼き豆腐 (豆腐、豚肉、白米、卵、しいたけ、しめじ) 切干大根ケチャップ煮 (切干大根、玉ねぎ、ピーマン、ウィンナー) ヤーコンサラダ (ヤーコン、ごぼう、人参、コーン) りんご	パーベキューチキン ブロッコリーおかか和え (ブロッコリー、もやし) わかたまスープ (わかめ、卵、えのき、長ねぎ) ゼリー	
午後おやつ	◎マカロニきなこと 牛乳		◎おかかおにぎり 麦茶	◎メロンパントースト 牛乳	◎かぼちゃクッキー 麦茶	◎シュガートースト 牛乳

3歳未満児…エネルギー 455 kcal(467) たんぱく質 16.6g(19.8) 脂質 13.9g(13.0) 塩分 1.4g(1.4)  
 3歳以上児…エネルギー 553kcal(574) たんぱく質 21.1g(24.4) 脂質 16.8g(15.9) 塩分 1.5g(1.5)  
 ※ ( ) 内は給与栄養目標値です。栄養面にこはんも含まれています。 ※都合により一部変更する場合があります。