



いちご保育園献立表 2023年11月



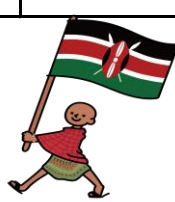
日付	献立名	材料名			おやつ
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
01 水	御飯、わかめスープ（コーン）、マーボー豆腐（たまねぎ）、ほうれん草のナムル（ごま）、パイン缶	米、〇七分つき米、ごま油、片栗粉、〇ごま油、ごま、砂糖	〇牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、〇豚ひき肉、米みそ（淡色辛みそ）、◎牛乳	パイン缶、ほうれんそう、もやし、ねぎ、たまねぎ、コーン缶、〇にんじん、〇ピーマン、〇しいたけ、〇ひじき、カットわかめ、しょうが	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、〇牛乳、〇チャーハン（ひじき）
02 木	御飯、みそ汁（チンゲン菜・わかめ）、さけのサラダ焼き、れんこんのきんぴら、みかん	七分つき米、〇さつまいも、油、〇砂糖、マッシュポテト、〇油、砂糖	〇牛乳、さけ、〇豆乳、米みそ（淡色辛みそ）、◎牛乳	みかん、れんこん、クリームコーン缶、にんじん、チンゲンサイ、たまねぎ、えのきたけ、カットわかめ	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、〇牛乳、〇スイートポテト
04 土	ケチャップライス、コーンスープ（豆乳）、ポイルブロッコリー、ベビーチーズ、みかん缶	七分つき米、油	〇牛乳、〇ヨーグルト（加糖）、豆乳、チーズ、鶏ひき肉、◎牛乳	みかん缶、クリームコーン缶、ブロッコリー、たまねぎ、コーン缶、にんじん、ピーマン	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、〇牛乳、〇ヨーグルト、〇ビスケット、〇せんべい
06 月	御飯、みそ汁（さといも・わかめ）、鮭と切干大根のあんかけ、ほうれん草のごま和え、みかん	七分つき米、〇白玉粉、さといも（冷凍）、ごま、〇三温糖、片栗粉、油、〇片栗粉	〇牛乳、さけ、〇木綿豆腐、油揚げ、米みそ（淡色辛みそ）、◎牛乳	みかん、ほうれんそう、キャベツ、たまねぎ、にんじん、切り干しだいこん、カットわかめ	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、〇牛乳、〇みたらし豆腐団子
07 火	御飯、鶏だんご鍋（はくさい）、ひじき煮（さつまいも）、りんご	七分つき米、さつまいも、〇食パン、片栗粉、〇マヨネーズ、油、砂糖	〇牛乳、鶏ひき肉、木綿豆腐、〇とろけるチーズ、◎牛乳	はくさい、りんご、〇コーン缶、えのきたけ、ねぎ、にんじん、たまねぎ、ひじき、しょうが	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、◎牛乳、〇コーンチーズトースト
08 水	御飯、みそ汁（かぶ・あげ）、揚げ魚とじゃが芋の煮物、白菜の昆布和え	七分つき米、じゃがいも、〇ホットケーキ粉、しらたき、油、〇油、片栗粉、〇砂糖、砂糖	〇牛乳、たら、米みそ（淡色辛みそ）、油揚げ、◎牛乳	はくさい、たまねぎ、かぶ、〇りんご、にんじん、かぶ・葉、いんげん、塩こんぶ、しょうが	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、〇牛乳、〇蒸しパン（りんご）
09 木	御飯、すまし汁（だいこん・あげ）、鶏レバーのケチャップあえ（添え芋）、キャベツのフルーツサラダ（もも）	〇さつまいも、七分つき米、じゃがいも、〇油、〇砂糖、片栗粉、油、ごま油、〇ごま、砂糖	〇牛乳、鶏レバー、油揚げ、◎牛乳	キャベツ、だいこん、もも缶（黄桃）、パイン缶、たまねぎ、みかん缶、にんじん、しょうが	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、◎牛乳、〇大学芋
10 金	ロールパン、コーンスープ、ハニースパイシーチキン、フライドポテト、ブロッコリーのマヨネーズあえ、みかん	ロールパン、フライドポテト、〇米、マヨネーズ、はちみつ、片栗粉、油	〇牛乳、鶏もも肉、〇ツナ油漬缶、◎牛乳	みかん、クリームコーン缶、だいこん、ブロッコリー、コーン缶、にんじん、〇こんぶ佃煮、にんにく	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、◎牛乳、〇ツナ昆布おにぎり
11 土	ミートスパゲティ、コーンスープ（玉ねぎ）、ゆで野菜、ベビーチーズ、みかん缶	マカロニ・スパゲティ、米粉、油、砂糖	〇牛乳、〇ヨーグルト（加糖）、牛乳、豚ひき肉、牛ひき肉、チーズ、バター、◎牛乳	たまねぎ、みかん缶、クリームコーン缶、ブロッコリー、にんじん、コーン缶	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、◎牛乳、〇ヨーグルト、〇ビスケット、〇せんべい
13 月	御飯、みそ汁（だいこん・かぼちゃ）、さばのりんごソースかけ、ほうれん草の塩ごま和え	米、〇さつまいも、〇砂糖、油、片栗粉、ごま、砂糖	〇牛乳、さば、〇豆乳、米みそ（淡色辛みそ）、油揚げ、◎牛乳	だいこん、キャベツ、ほうれんそう、かぼちゃ、りんご、ねぎ、たまねぎ、〇かんとん（粉）、しょうが	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、◎牛乳、〇いもかんとん
14 火	御飯、みそ汁（かぼちゃ・なす）、揚げ豆腐の和風あんかけ、ブロッコリーのおかか和え、みかん	七分つき米、〇コッペパン、片栗粉、油、砂糖	〇牛乳、木綿豆腐、鶏ひき肉、米みそ（淡色辛みそ）、かつお節、◎牛乳	みかん、かぼちゃ、ブロッコリー、なす、たまねぎ、にんじん、えのきたけ、さやえんどう、黒きくらげ	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、◎牛乳、〇ミルクコッペ
15 水	菜飯（大根菜・ごま）、みそ汁（だいこん・油あげ）、ぶりの照り焼き、れんこんのマリネ、りんご	七分つき米、〇ゆでうどん、油、砂糖、〇ごま油、ごま	〇牛乳、ぶり、〇豚肉（ばら）、米みそ（淡色辛みそ）、油揚げ、◎牛乳	りんご、〇キャベツ、だいこん、れんこん、たまねぎ、だいこん（葉）、ごまつな、ねぎ、〇にんじん、にんじん、こんぶ（だし用）、〇あおのり	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、◎牛乳、〇スチコン焼きうどん

🍷 行事や食材の都合により内容を変更する場合がありますのでご了承ください。



いちご保育園献立表 2023年11月



日付	献立名	材料名			おやつ
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
16 木	御飯、みそ汁（豆腐・わかめ）、豚肉のすき焼き風煮物、野菜のゆかり和え、みかん	七分つき米、○フランクパン、砂糖	○牛乳、豚肉（肩ロース）、木綿豆腐、米みそ（淡色辛みそ）、◎牛乳	みかん、はくさい、たまねぎ、きゅうり、ねぎ、えのきたけ、○いちごジャム、にんじん、切り干しだいこん、カットわかめ	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、○牛乳、○いちごスティック
17 金	ロールパン、豆乳汁（はくさい・えのき）、れんこんバーグ、蒸し野菜 乳児：りんご 幼児：キウイフルーツ	○米、ロールパン、片栗粉、油	○牛乳、豆乳、牛ひき肉、豚ひき肉、○ベーコン、○バター、◎牛乳	はくさい、キウイフルーツ、れんこん、たまねぎ、キャベツ、にんじん、えのきたけ、ブロッコリー、○切り干しだいこん、りんご	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、○牛乳、○切干し大根おにぎり
18 土	チャーハン（豚肉）、豆腐スープ、きゅうりのゆかりあえ、ベビーチーズ、りんご	七分つき米、油	○牛乳、○ヨーグルト（加糖）、木綿豆腐、豚ひき肉、チーズ、◎牛乳	りんご、きゅうり、たまねぎ、にんじん、あおのり	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、○牛乳、○ヨーグルト、○ビスケット、○せんべい
20 月	御飯、みそ汁（さといも・わかめ）、鮭と切干大根のあんかけ、ほうれん草のごま和え、みかん缶	七分つき米、さといも（冷凍）、○マカロニ、○砂糖、ごま、片栗粉、油	○牛乳、さけ、○きな粉、油揚げ、米みそ（淡色辛みそ）、◎牛乳	みかん缶、ほうれんそう、キャベツ、たまねぎ、にんじん、切り干しだいこん、カットわかめ	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、○牛乳、○マカロニきな粉
21 火	御飯、鶏だんご鍋（はくさい）、ひじき煮（さつまいも）、りんご	七分つき米、さつまいも、○ホットケーキ粉、片栗粉、油、砂糖	○牛乳、鶏ひき肉、木綿豆腐、○生クリーム、◎牛乳	はくさい、りんご、えのきたけ、ねぎ、にんじん、たまねぎ、ひじき、しょうが、○もも缶（黄桃）	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、○牛乳、○お楽しみケーキ
22 水	御飯、みそ汁（かぶ・あげ）、揚げ魚とじゃが芋の煮物、白菜の昆布和え	七分つき米、じゃがいも、○ホットケーキ粉、しらたき、油、○油、片栗粉、○砂糖、砂糖	○牛乳、たら、米みそ（淡色辛みそ）、油揚げ、◎牛乳	はくさい、たまねぎ、かぶ、○りんご、にんじん、かぶ・葉、いんげん、塩こんぶ、しょうが	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、○牛乳、○蒸しパン（りんご）
24 金	 ケニア KENYA ワールドツアー@ケニア ケニアでよく食べられている牛肉、豆類、とうもろこし、小麦粉、野菜やフルーツ、ヨーグルトなどを使った給食を楽しみたいと思います♪ クッキングも予定していますのでそちらもお楽しみに♪ 				
25 土	栄養いっぱい焼きそば、わかめスープ、ゆでブロッコリー、ベビーチーズ、りんご	焼きそばめん、ごま油	○牛乳、○ヨーグルト（加糖）、豚肉（ばら）、チーズ	りんご、ブロッコリー、コーン缶、もやし、キャベツ、にんじん、にら、カットわかめ	○牛乳、○ヨーグルト、○ビスケット、○せんべい
27 月	御飯、みそ汁（だいこん・かぼちゃ）、さばのりんごソースかけ、ほうれん草の塩ごま和え	米、○さつまいも、○砂糖、油、片栗粉、ごま、砂糖	○牛乳、さば、○豆乳、米みそ（淡色辛みそ）、油揚げ、◎牛乳	だいこん、キャベツ、ほうれんそう、かぼちゃ、りんご、ねぎ、たまねぎ、○かんでん（粉）、しょうが	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、○牛乳、○いもかんでん
28 火	御飯、みそ汁（かぼちゃ・なす）、揚げ豆腐の和風あんかけ、ブロッコリーのおかか和え、みかん	七分つき米、○フランクパン、○ピーナッツバター、片栗粉、油、砂糖	○牛乳、木綿豆腐、鶏ひき肉、米みそ（淡色辛みそ）、かつお節、◎牛乳、○クリームチーズ	みかん、かぼちゃ、ブロッコリー、なす、たまねぎ、にんじん、えのきたけ、さやえんどう、黒きくらげ	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ○牛乳 幼児：ピーナッツバターサンド 乳児：ミルクコッペ
29 水	菜飯（大根菜・ごま）、みそ汁（だいこん・油あげ）、ぶりの照り焼き、れんこんのマリネ、りんご	七分つき米、○ゆでうどん、油、砂糖、○ごま油、ごま	○牛乳、ぶり、○豚肉（ばら）、米みそ（淡色辛みそ）、油揚げ、◎牛乳	りんご、○キャベツ、だいこん、れんこん、たまねぎ、だいこん（葉）、こまつな、ねぎ、○にんじん、にんじん、こんぶ（だし用）、○あおのり	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、○牛乳、○スチコン焼きうどん
30 木	御飯、みそ汁（豆腐・わかめ）、豚肉のすき焼き風煮物、野菜のゆかり和え、みかん	七分つき米、○フランクパン、砂糖	○牛乳、豚肉（肩ロース）、木綿豆腐、米みそ（淡色辛みそ）、◎牛乳	みかん、はくさい、たまねぎ、きゅうり、ねぎ、えのきたけ、○いちごジャム、にんじん、切り干しだいこん、カットわかめ	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、○牛乳、○いちごスティック