

令和8年 11月分 献立表

法善寺保育園

日付	曜日	献立名	材 料 名		おやつ	補食	
2月16日		ご飯 鮭の照り焼き 白菜の甘酢和え 豚汁	胚芽精米／精白米／調合油／三温糖／さいも／つきこんにやく／ごま油／★食パン／★有塩バター	鮭／豚肩ロース(脂肪なし)／★木綿豆腐／みそ／煮干し／★牛乳／★粉チーズ	しょうが／はくさい／にんじん／きゅうり／だいこん／ごぼう／玉葱	牛乳 チーズスティックパン	ゆかり おにぎり
17日	火	ご飯 松風焼き 根菜サラダ 豆腐とわかめのすまし汁	胚芽精米／精白米／かたくり粉／いりごま(白)／調合油／マヨドレ(卵なし)／★プレミックス粉(ホット用)／★有塩バター／グラニュー糖／ソフトビスケット	鶏若鶏肉ひき肉／みそ／ロースハム／★プレーンヨーグルト／カットわかめ／★絹ごし豆腐／花がつお／こんぶ／★牛乳／★クリーム(乳脂肪)	にんじん／ねぎ／しょうが／れんこん／キャベツ／きゅうり／あさつき	牛乳 ミッキーケーキ	焼き おにぎり
4月26日	水木	きびご飯 カジキのねぎソース ひじきのあえもの あげとかぶの味噌汁	きび(精白粒)／精白米／胚芽精米／かたくり粉／調合油／三温糖／いりごま(白)／ごま油／さつまいも／★有塩バター	めかじき／干ひじき(テリメ、乾)／★油揚げ／みそ／煮干し／こんぶ／★牛乳／★クリーム(乳脂肪)	しょうが／ねぎ／にんじん／キャベツ／ごま／な／かぶ	牛乳 スイートポテト	おかか バター おにぎり
5月19日	木	担々麺 ウマッコリー りんご	★蒸し中華めん／三温糖／ごま油／ごま(ねり)／マヨドレ(卵なし)／いりごま(白)／精白米／すりごま(白)	豚ひき肉／みそ／花がつお／★牛乳／ハチみそ	たけのこ(水煮缶詰)／ねぎ／ほうれんそう／りょうとうもやし／にんじん／きゅうり／ブロックリー／ホールコーン(缶)／りんご	水(5日) 牛乳 五平餅(19日)	シュガー トースト
6月20日	金	チキンカレーライス ツナと大根のサラダ キャベツのスープ	アルファ化米／じゃがいも／★薄力粉／★有塩バター／調合油／三温糖／★プレミックス粉(ホット用)／メーブルシロップ	鶏若鶏肉モモ(皮なし)／まぐろ缶詰(水煮ルー付)／★牛乳	にんじん／玉葱／かぼちゃ／りんご／トマト／ケチャップ／にんにく／しょうが／だいこん／きゅうり／キャベツ／ホールコーン(缶)	牛乳 ホットケーキ	わかめ おにぎり
7月21日	土	ピラフ コロコロサラダ 白菜スープ バナナ	精白米／オリーブ油／じゃがいも／調合油／三温糖／★食パン／黒砂糖／ソフトタイプマーガリン	鶏若鶏肉モモ(皮なし)／ベーコン／こんぶ／花がつお／★牛乳	にんじん／玉葱／青ピーマン／パセリ(乾)／きゅうり／はくさい／ほんしめじ／バナナ	牛乳 かりんとうパン	
9月30日	月	けんちんうどん 南瓜のそぼろあん バナナ	★うどん(ゆで)／さいも／つきこんにやく／ごま油／三温糖／かたくり粉／精白米	鶏成鶏肉モモ(皮なし)／★油揚げ／花がつお／豚ひき肉／★牛乳／焼き豚／なんと	にんじん／玉葱／干し椎茸／だいこん／ごぼう／かぼちゃ／しょうが／バナナ／ねぎ	牛乳 チャーハンおにぎり	白ごま トースト
10月24日	火	八穀ご飯 鯖の味噌煮 お浸し もずくのすまし汁	八穀だいこん／精白米／胚芽精米／三温糖／★プレミックス粉(ホット用)／オリーブ油	まさば／みそ／もずく(塩蔵、塩抜き)／花がつお／こんぶ／★ジョアマスカット／★牛乳	しょうが／ホールコーン(缶)／にんじん／キャベツ／ごま／な／玉葱／あさつき／バナナ	幼児：ジョアマスカット 乳児：牛乳 バナナスコーン	青菜 おにぎり
11月25日	水	パン 鶏肉のアップルソース焼き フレンチサラダ ミルクスープ	★コッペパン／三温糖／調合油／じゃがいも／精白米／もち米／くり(甘露煮)／いりごま(黒)	鶏若鶏肉モモ(皮なし)／ベーコン／★牛乳	りんご／にんじん／キャベツ／きゅうり／玉葱／パセリ(乾)	牛乳 栗おこわおにぎり	ココア トースト
12月18日	木水	ご飯 鯰のちゃんちゃん焼き お麩のすまし汁	胚芽精米／精白米／調合油／三温糖／★焼き麩／ソフトビスケット	ぶり／みそ／花がつお／こんぶ／★牛乳	キャベツ／にんじん／ぶなしめじ／玉葱／えのきたけ／みかん	牛乳 ビスコ(災害食) みかん	ツナ おにぎり
13月27日	金	ビビンバ さつまいもごまあえ 豆腐となめこの味噌汁	精白米／三温糖／ごま油／いりごま(黒)／さつまいも／すりごま(白)／★薄力粉／★有塩バター／グラニュー糖	豚ひき肉／★絹ごし豆腐／みそ／煮干し／こんぶ／★牛乳	しょうが／にんじん／だいずもやし／ほうれんそう／きゅうり／なめこ／ねぎ	牛乳 マーブルクッキー	鮭 おにぎり
14月28日	土	メキシカンライス ホタテのサラダ ポテトスープ りんご	精白米／調合油／三温糖／じゃがいも	ウィンナー／ほたてが貝柱、水煮缶詰／★牛乳	にんじん／玉葱／だいこん／キャベツ／りんご	牛乳 ライスクッキー(備蓄)	

◎都合により献立を変更する場合があります。予めご了承ください。

☆ひよこ組より組は午前におやつがあります。合成添加物を使わない

自然食品のお菓子等を5～10g食べています。

☆牛乳は乳児組 1日100～150ml午前・午後のおやつで分けて飲んでいます。

☆幼児組は、1日100～150mlを飲んでいます。

	乳児	幼児
エネルギー(kcal)	478	549
たんぱく質(g)	18.2	21.1
脂 質(g)	16.2	18.3
食塩相当量(g)	1.5	1.8

◎必要に応じて、普通食の副菜をやわらかく煮て、食べやすく対応する場合があります(移行食)

◎急に延長になってしまった場合にせんべいの提供もすることがあります。