

令和 7 年 11 月 献 立 表

上布田保育園

曜日		乳児 朝のおやつ	昼 食	お や つ	熱・力となる 食 品	血・骨・肉 となる食品	身体の調子を整える食品	延長おやつ
1 15	土	おせんべい 麦茶	スパゲティナポリタン 白菜と人参のスープ かぼちゃのサラダ くだもの	クロワッサン 牛 乳	スパゲティ マヨドレ クロワッサン	ベーコン ハム 牛乳	玉ねぎ 人参 ピーマン 白菜 かぼちゃ きゅうり くだもの	
4 18	火	ビスケット 麦 茶	タコライス 森のきのこスープ マカロニサラダ ヨーグルト	コーントースト 牛 乳	米 小麦粉 マカロニ カレー粉 マヨドレ 食パン	豚ひき チーズ 鶏肉 ハム ヨーグルト 牛乳	キャベツ にんにく 人参 トマト レタス キャベツ しめじ えのき 青梗菜 胡瓜 コーン パセリ	わかめ茶漬け 麦茶
5 19	水	クラッカー 麦 茶	カレーうどん じゃが芋のシャキシャキ炒め パナナ	青菜とじゃこのおにぎり 麦 茶	うどん カレールウ じゃが芋 米	豚肉 鶏肉 しらす かつお節	玉ねぎ 人参 えのき 小松菜 いんげん パナナ ほうれん草	ゼリー・菓子 麦茶
6 17	木 月	おせんべい 麦 茶	十六穀米ごはん みそ汁（豆腐、わかめ） めかじきのみそづけ焼き ごぼうと人参とツナのサラダ みかん	さつま芋むしパン 牛 乳	十六穀米 マヨドレ 小麦粉 さつま芋	木綿豆腐 めかじき ツナ 牛乳	わかめ ごぼう きゅうり 人参 みかん	デニッシュ 麦茶
⑦	金	ビスケット 麦 茶	菜飯ごはん 芋の子汁 おろしハンバーグ 野菜の海苔和え みかん	あんバターサンド 牛 乳	米 さつま芋 こんにゃく パン粉 食パン バター こしあん	豚肉 木綿豆腐 豚ひき 牛乳	人参 白菜 しめじ 玉ねぎ 大根 葱 菜飯 ほうれん草 キャベツ えのき 海苔 みかん	菓子盛り合わせ 麦茶
8 22	土	クラッカー 麦 茶	五目うどん（鶏、椎茸、人参、ねぎ、青菜） かぼちゃのそぼろあん くだもの	メロンパン 牛 乳	うどん メロンパン	鶏肉 鶏ひき 牛乳	椎茸 人参 ねぎ 青梗菜 かぼちゃ くだもの	
10	月	クラッカー 麦 茶	ごはん みそ汁（もやし、油揚げ、万能ねぎ） マーボー豆腐 温野菜（ブロッコリー、人参） みかん	レーズンクッキー 牛 乳	米 マヨドレ 小麦粉 バター	油揚げ 木綿豆腐 豚ひき 牛乳	もやし 万能ねぎ ねぎ 人参 なす 生姜 ブロッコリー みかん レーズン	スティックパン 麦茶
11 25	火	おせんべい 麦 茶	ごはん みぞれ汁（豚肉、大根、人参、ごぼう、葱、みつば） 鮭の塩焼き 納豆和え りんご	やきいも 牛 乳	米 マヨドレ さつま芋	豚肉 鮭 納豆 牛乳	大根 人参 ごぼう ねぎ みつば 小松菜 えのき りんご	わかめパスタ 麦茶
12 26	水	ビスケット 麦 茶	あんかけ焼きそば ワンタンスープ 大根人参きんぴら（鶏肉） パナナ	きびだんご 牛 乳	中華麺 ワンタン 米 もちきび	豚肉 鶏ひき 鶏肉 きな粉 牛乳	キャベツ 人参 もやし 椎茸 白菜 青梗菜 大根 パナナ	ぜりー・果物 麦茶
13 27	木	おせんべい 麦 茶	かしわ丼（鶏肉、玉ねぎ、人参、椎茸、みつば） みそ汁（わかめ、玉ねぎ） カリフラワーのカレーサラダ 柿	南瓜とチーズの包み揚げ 牛 乳	米 マヨドレ カレー粉 ぎょうざの皮	鶏肉 ハム 牛乳 クリームチーズ	玉ねぎ 人参 椎茸 みつば わかめ カリフラワー 胡瓜 柿 かぼちゃ パセリ	こしあんぱん 麦茶
⑭ 28	金	ビスケット 麦 茶	食パン かぶのスープ（ベーコン、かぶ、人参、しめじ） ⑭鶏の洋風煮込み ⑳コロッケ コールスローサラダ パナナ	⑭乳児わかめおにぎり 麦茶 幼児菓子 ⑳わかめおにぎり 麦茶	⑭食パン 米 （幼児） 菓子 ジュース ⑳食パン じゃが芋 パン粉 米	⑭ベーコン 鶏肉 ⑳ベーコン 豚ひき	かぶ 人参 しめじ 玉ねぎ ⑭マッシュルーム キャベツ 胡瓜 パナナ わかめ	ゼリー・菓子 麦茶
⑳	木	クラッカー 麦 茶	黒米ごはん すまし汁（花麴、みつば、えのき） チキン南蛮 野菜の海苔和え みかん	りんごケーキ 牛 乳	黒米 マヨドレ 小麦粉 バター	花麴 鶏肉 卵 牛乳	みつば えのき 玉ねぎ ほうれん草 もやし 人参 みかん りんご のり パセリ	スティックパン 麦茶
21	金	おせんべい 麦 茶	バーガーパン コーンチャウダー 鶏のオレンジ焼き スパゲティサラダ パナナ	五平もち 麦 茶	パン バター 小麦粉 米 ママレード サラスパ マヨドレ	ベーコン ハム 牛乳 鶏肉	玉ねぎ 人参 コーン缶 パセリ 生姜 にんにく キャベツ 胡瓜 パナナ	ふかしいも 麦茶
29	土	ビスケット 麦 茶	あんかけうどん（豚肉、人参、白菜、しいたけ） ツナじゃが くだもの	さつま芋あんぱん 牛 乳	うどん じゃが芋 さつま芋あんぱん	豚肉 ツナ 牛乳	人参 しいたけ 白菜 玉ねぎ くだもの	

朝晩が涼しくなり、ますます秋らしくなってきました。今月はさつま芋

ブロッコリー、カリフラワー、柿
みかん、りんごなど秋においしい
食材を使います。



7日（金）は「芋煮会」です。
たんぼぼ～さくら組の子ども達が
さつま芋を使った「いものこ汁」

づくりのお手伝いをします。
白菜やこんにゃくちぎり、ピーラー

で人参の皮むき、包丁で切るなど
年齢に合わせたクッキングをします。

マスク、三角巾、エプロンなどの
準備がありますので、クラスやグル
ープからの連絡を確認してください。



14日（金）は秋の遠足です！
ばら組よりお弁当のご用意をお願い
します。おやつは保育園で食べます。

もも組～たんぼぼ組は通常の給食が
あります。幼児のおやつは、遠足ら
しく、お菓子とジュースにします。

今月の平均給与量		
	乳児	幼児
エネルギー	501kcal	548kcal
たんばく質	17.7 g	20.4 g
脂質	16.7 g	17.6 g

*食べたことのない食材がある場合は家庭で複数回食べるようにしてください。



20日（木）誕生会・・・人気メニューのチキン南蛮、秋らしくりんごケーキでお祝いします。

25日（火）・・・11/24は「和食の日」です。普段から和食メニューは多いのですが、25日はシンプルな和食の献立にしました。

*都合により内容が変更になる場合があります。

*25日（火）コアラ クッキー、26日（水）バンビ ギョウザピザを作ります。（キリンは10月
スイートポテト） くわしくはグループからのお知らせを確認してください。

