

令和7年度 11月献立表 普通食

日	曜日	メニュー	3時のおやつ	あか (体をつくるもとになるもの)	みどり (体の調子を整えるもの)	きいろ (エネルギーのもとになるもの)	その他
1	土	運 動 会					
3	月	文 化 の 日					
4	火	ご飯 タラのちゃんちゃん焼き すまし汁・プチゼリー	かぼちゃケーキ	タラ、みそ、豆腐、 バター、 卵 、牛乳	キャベツ、人参、もやし 小松菜、えのき、 かぼちゃペースト	米、砂糖、小麦粉 ベーキングパウダー	塩、コショウ、みりん、酒 醤油、だしかつお、酒 プチゼリー
5	水	ご飯・豚汁 コロッケ 白菜とツナのごま和え	バナナ ぼたぼた焼き	ツナ缶、豚肉、油揚げ みそ	ポテトコロッケ、人参、玉葱 白菜、ごぼう、小松菜 キャベツ、バナナ	米、砂糖、ごま	油、醤油、だしかつお トンカツソース
6	木	ご飯・バナナ 回鍋肉 中華風コーンスープ	お麴ラスク	豚肉、みそ、 卵 、麴 バター	キャベツ、玉葱、人参、にら ピーマン、バナナ クリームコーン(缶)	米、砂糖、ごま油 グラニュー糖 片栗粉	中華だし、醤油、塩 コショウ
7	金	ご飯 ひじき入り卵焼き 豆乳みそ汁・即席漬け	フルーツゼリー	鶏ひき肉、干ひじき 豚肉、塩昆布、豆乳 みそ、 卵	人参、玉葱、キャベツ、ねぎ 白桃缶、みかん缶 バインアップル缶	米、砂糖 さつま芋	塩、酒、油、醤油 だしかつお、ゼラチン
8	土	お弁当日					
10	月	ツナ入りチャーハン 中華スープ ヨーグルト	ミニアスパラガス パフスナック	ツナ缶、 ベーコン 豆腐、ヨーグルト	玉葱、人参、にら しいたけ、ほうれん草 コーン缶	米、ごま油	醤油、中華だし 塩、コショウ、油
11	火	パン・ジャム・ひなご ジャーマンポテト 肉団子と白菜のスープ	じゃこわかめおにぎり	鶏ひき肉、 ベーコン ちりめんじゃこ、ひなご わかめご飯の素	玉葱、パセリ、白菜、人参 土生姜、しいたけ	パン、じゃが芋、春雨 、ごま油、白ごま	コンソメ、塩、油 醤油、中華だし、 コショウ、
12	水	ご飯・ゴマネーズ和え ホキの磯辺揚げ ほうれん草のみそ汁	オレンジ カルシウムせんべい	ホキ、青のり、ちくわ みそ	キャベツ、人参 ほうれん草、もやし、玉葱 大根、オレンジ	米、小麦粉、天ぷら粉 白ごま、 マヨネーズ	塩、油、醤油 だしかつお
13	木	ひじき入り炊き込みご飯 鶏のさっぱり焼き みそ汁	マーブルケーキ	鶏肉、干ひじき、油揚げ わかめ、 卵 、バター 牛乳	人参、しいたけ、三つ葉 土生姜、もやし、ねぎ	米、砂糖、小麦粉 ベーキングパウダー ミルクココア	醤油、酒、みりん、酢 だしかつお
14	金	お弁当日					
15	土	サンドイッチ コーンスープ プチゼリー		卵、ハム	コーンスープ	パン、 マヨネーズ	プチゼリー
17	月	ご飯・おひたし 大根のみそ煮 プチゼリー	源氏パイ 星たべよ	豚肉、ちくわ、厚揚げ みそ、花かつお ちりめんじゃこ	大根、人参、グリーンピース 小松菜、もやし	米、こんにゃく、砂糖	醤油、だしかつお プチゼリー
18	火	もみじご飯 鶏のホイル焼き すまし汁	チヂミ	鶏肉、豆腐、かまぼこ バター、 卵 、みそ	人参、コーン缶、玉葱、にら えのき、しめじ、ほうれん草 しいたけ	米、小麦粉 ごま油	醤油、みりん、酒、塩 コショウ、だしかつお 酢、油
19	水	ご飯・ばなな 豚肉のみそ炒め けんちん汁	焼きいも	豚肉、豆腐、みそ 油揚げ	キャベツ、玉葱、人参、ねぎ ピーマン、しめじ、ごぼう バナナ	米、砂糖、里芋 こんにゃく、さつま芋	油、醤油、塩 だしかつお
20	木	わかめご飯・ごま和え イワシの梅煮 さつま芋のみそ汁	レアチーズケーキ	いわし、わかめご飯の素 油揚げ、みそ、花かつお ヨーグルト、クリームチーズ	梅肉、小松菜、もやし、人参 しめじ、ねぎ、みかん缶 レモン果汁	米、砂糖、ごま、 さつま芋、片栗粉	醤油、みりん、塩 ゼラチン
21	金	ご飯・みそ汁 とり天 おかか和え	バナナ 野菜スナック	鶏肉、花かつお みそ、厚揚げ	白菜、人参、玉葱、もやし 小松菜、土生姜、 バナナ	米、砂糖、小麦粉 天ぷら粉	醤油、酒、油 だしかつお
22	土	サンドイッチ コーンスープ プチゼリー		卵、ハム	コーンスープ	パン、 マヨネーズ	プチゼリー
24	月	振 替 休 日					
25	火	パン・ひなご・豆乳スープ 鶏のマーマレード焼き マカロニサラダ	じゃが餅	鶏肉、 ベーコン 、牛乳 豆乳、ひなご	きゅうり、人参、コーン缶 白菜、玉葱、パセリ	パン、マカロニ、砂糖 マヨネーズ、じゃが芋 片栗粉	塩、コショウ、醤油、油 酒、みりん、コンソメ マーマレード
26	水	木の葉丼 きんぴらごぼう プチゼリー	バナナ ねじねじ	油揚げ、かまぼこ、 卵	玉葱、人参、えのき、ねぎ ごぼう、グリーンピース バナナ	米、砂糖、片栗粉 糸こんにゃく	醤油、油 だしかつお プチゼリー
27	木	ご飯・ごま和え ぎせい豆腐 そうめん汁	オレンジムース	豆腐、ツナ缶、 卵 かまぼこ、わかめ 生クリーム	玉葱、人参、ねぎ、もやし キャベツ、オレンジジュース みかん缶	米、砂糖、片栗粉 そうめん、ごま	塩、油、醤油、 だしかつお ゼラチン
28	金	ご飯・白菜のみそ汁 ホキのみりん醤油 大根とツナのサラダ	フルーチェ (ピーチ)	ホキ、ツナ缶 油揚げ、みそ	大根、人参、きゅうり、 白菜、玉葱、もやし、ねぎ	米、砂糖、片栗粉 マヨネーズ、ごま	塩、コショウ、油、醤油 みりん、酢、だしかつお フルーチェ(ピーチ)
29	土	サンドイッチ コーンスープ プチゼリー		卵、ハム	コーンスープ	パン、 マヨネーズ	プチゼリー

※ 給食によって献立が変更することがあります。
色文字で記されている献立は、アレルギー食材を使用のためアレルギーをお持ちのお子さまには、それらを除去し提供いたします。