



令和7年11月 献立表



打上保育園

日付	献立名	材料名	おやつ
19 水	ごはん, 南瓜のあんかけ, 味噌汁	米(55g), / かぼちゃ(80g), 合挽ミンチ(35g), にんじん(15g), たまねぎ(20g), 三度豆(5g), 油(1g), 煮干し(1g), 水(40g), 砂糖(2g), しょうゆ(3g), 片栗粉(2g), / キャベツ(20g), わかめ(0g), たまねぎ(20g), 煮干し(3g), みそ(10g), / 牛乳(120g), / カスタードロールパン(乳、卵), / ぱりんこ	牛乳120, カスタードロールパン(乳、卵), ぱりんこ
20 木	ビビンバ, キャベツの磯辺和え, 豆腐と玉ねぎのスープ	米(60g), 牛肉(30g), ぜんまい(15g), もやし(15g), にんじん(20g), ピーマン(10g), 油(2g), ごま(乾)(2g), 砂糖(5g), しょうゆ(8g), ごま油(2g), 酒(1g), / キャベツ(40g), にんじん(10g), 砂糖(1g), しょうゆ(2g), きざみのり(0g), / 木綿豆腐(40g), たまねぎ(20g), 青ねぎ(3g), 煮干し(3g), 食塩(0g), しょうゆ(3g), / 牛乳(120g), / 豚ひき肉(10g), 米粉(21g), ベーキングパウダー(1g), 成分無調整豆乳(20g), 砂糖(5g), カレー粉(0.3g), にんじん(5g), たまねぎ(10g), 油(0.1g), ケチャップ(5g), ウスターソース(1g), 食塩(0g), / 薄焼きサラダ,	牛乳120, カレー蒸しパン, 薄焼きサラダ
21 金	ごはん, 酢豚, 中華スープ	米(55g), / 豚肉(薄切り肉)(60g), しょうが(1g), しょうゆ(2g), 片栗粉(3g), 油(2g), たまねぎ(50g), にんじん(30g), たけのこ(ゆで)(15g), ピーマン(5g), 油(2g), 顆粒コンソメ(1g), 砂糖(2g), しょうゆ(2g), 片栗粉(2g), 酢(3g), / もやし(10g), 干しいたけ(1g), わかめ(0g), 顆粒コンソメ(1g), しょうゆ(3g), / 牛乳(120g), / プリン(乳なし、卵なし), えびちび,	牛乳120, プリン(乳なし、卵なし), えびちび
22 土	ごはん(ふりかけ), チャンポン	米(50g), / ふりかけ, 麺(100g), 豚肉(30g), キャベツ(30g), にんじん(15g), たまねぎ(30g), もやし(8g), 竹輪※卵抜き(6g), しょうゆ(3g), 塩(0g), 顆粒コンソメ(1g), ごま油(0.8g), 煮干し(2g), / 牛乳(120g), / ゼリー, / ソフトサラダ,	牛乳120, ゼリー, ソフトサラダ
25 火	肉みそ(丼), けんちん汁	米(60g), 豚ひき肉(60g), しょうが(1g), たまねぎ(30g), 赤ピーマン(10g), ピーマン(10g), しめじ(12g), 油(1g), 赤みそ(4g), 酒(2g), 砂糖(3g), しょうゆ(2g), / 木綿豆腐(30g), 薄揚げ(3g), じゃがいも(20g), ごぼう(10g), にんじん(5g), 青ねぎ(3g), 油(1g), 食塩(0g), しょうゆ(3g), 煮干し(3g), / 牛乳(120g), / 米粉(20g), ベーキングパウダー(1g), かぼちゃ(15g), 成分無調整豆乳(20g), レモン(1g), 砂糖(8g), サラダ油(8g), / 揚げせんべい,	牛乳120, マドレーヌ, 揚げせんべい
26 水	ごはん, 五目大豆煮, さつまいもの味噌汁	米(55g), / だいず(ゆで)(45g), 豚肉(30g), 糸こんにゃく(10g), にんじん(20g), ごぼう(10g), 干しいたけ(1g), 砂糖(2g), しょうゆ(2g), 煮干し(1g), / さつまいも(30g), たまねぎ(25g), 青ねぎ(3g), みそ(10g), 煮干し(3g), / 牛乳(120g), / りんご, / ぱりんこ,	牛乳120, りんご, ぱりんこ
27 木	ごはん, 鶏肉のマーマレード焼き, ドレッシングサラダ, きのコスープ	米(55g), / 鶏肉(皮付)(1枚60g)(60g), 食塩(0g), マーマレード(5g), しょうゆ(2g), 酒(1g), / キャベツ(25g), にんじん(15g), きゅうり(20g), フレンチドレッシング(白)※卵抜き(4g), / えのきたけ(13g), しめじ(13g), たまねぎ(10g), 青ねぎ(3g), 顆粒コンソメ(1g), 食塩(0g), しょうゆ(2g), / 牛乳(120g), / 上新粉(10g), 米粉(10g), ベーキングパウダー(1g), 砂糖(6g), 木綿豆腐(10g), かぼちゃ(10g), 油(3g), 水(8g), / 星たべよ,	牛乳120, 豆腐ドーナッツ, 星たべよ
28 金	ごはん, ちくわの磯辺揚げ, 白菜のお浸し, 玉葱の味噌汁	米(55g), / ちくわ ※卵なし(1+1/2本)(38g), 天ぷら粉(6g), 水(6g), あおのり(0g), 油(4g), / はくさい(70g), にんじん(10g), ほうれんそう(20g), 砂糖(1g), しょうゆ(2g), / たまねぎ(30g), にんじん(15g), じゃがいも(20g), わかめ(0g), 煮干し(3g), みそ(10g), / 牛乳(120g), / みかん, / 芋けんぴ,	牛乳120, みかん, 芋けんぴ
29 土	ウインナーパン(乳, 卵), ショコラロールパン(乳, 卵), 野菜スープ	ウインナーパン(乳、卵), ショコラロールパン(乳、卵), / たまねぎ(15g), キャベツ(20g), にんじん(15g), ホールコーン(5g), 顆粒コンソメ(1g), しょうゆ(3g), 食塩(0g), / ゼリー, / ぼたぼた焼き,	牛乳120, ゼリー, ぼたぼた焼き

※お誕生日会…20日(木)

※献立は都合により変更する場合があります

※完了期おやつは後期食おやつと同じ内容になります。(ただし、育児用ミルクは牛乳120gとなります。)

※使用量の数値は小数点第一位以下が四捨五入された値です。