令和８年　11月　の　献　立　表

《給食目標》　最後まですわって食べましょう☺

松阪市こども未来課保育幼稚園係

日	曜日	３歳未満児 午前おやつ	３歳未満児 主食	献立名	午後おやつ	材料名 熱と力になるもの	材料名 血や肉や骨になるもの	材料名 体の調子を整えるもの
2	月	せんべい	ごはん	マーボー豆腐 三色ナムル バナナ	あられ	米・片栗粉・さとう・油・ごま・ごま油	ぶたひき肉・豆腐・赤みそ・牛乳	玉ねぎ・にら・にんじん・しょうが・干ししいたけ・きゅうり・もやし・バナナ
4	水	チーズ	ごはん	ハワイアンチキン そぼろあえ エリンギスープ	水ようかん	米・みりん・さとう	とり肉・ツナ・豆腐・牛乳・こしあん	パイン缶・きゅうり・にんじん・キャベツ・エリンギ・玉ねぎ・パセリ・粉寒天
5	木	ビスケット	中華飯	中華飯 ばんさんすう ミニゼリー（マスカット）	マカロニあべかわ	米・油・さとう・片栗粉・ごま油・はるさめ・ごま・マスカットゼリー・マカロニ	ぶた肉・なると・ハム・牛乳・きな粉	にんじん・はくさい・玉ねぎ・干ししいたけ・にんにく・しょうが・きゅうり・キャベツ
6	金	フルーツ	ごはん	ぶりの煮つけ ポテトサラダ 豆腐のみそ汁	せんべい	米・みりん・さとう・じゃがいも・マヨネーズ	ぶり・ハム・豆腐・みそ・牛乳	しょうが・きゅうり・にんじん・玉ねぎ・ねぎ
7	土	あられ	きつね うどん	きつねうどん ヨーグルト	ビスケット	干しうどん	とり肉・油揚げ・かまぼこ・ヨーグルト・牛乳	にんじん・玉ねぎ・ねぎ
9	月	せんべい	ナポリタン スパゲティ	ナポリタンスパゲティ 和風サラダ ヨーグルト	スイートポテト	スパゲティ・バター・油・さとう・さつまいも	合ひき肉・ヨーグルト・牛乳・生クリーム	玉ねぎ・にんじん・ピーマン・ケチャップ・きゅうり・キャベツ・パイン缶
10	火	フルーツ	ごはん	さわらのみそ焼き ほうれんそうサラダ えのきのすまし汁	あられ	米・みりん・マヨネーズ	さわら・白みそ・ベーコン・豆腐・牛乳	ほうれんそう・キャベツ・にんじん・えのきたけ・玉ねぎ・ねぎ
11	水	せんべい	ごはん	豚肉とキャベツのカレー炒め きゅうりとじゃこの酢の物 野菜スープ	メロンパン風トースト	米・油・さとう・食パン・小麦粉・バター・グラニュー糖	ぶた肉・しらす干し・わかめ・豆腐・牛乳	キャベツ・玉ねぎ・にんじん・にんにく・ケチャップ・きゅうり・みかん缶・えのきたけ
12	木	あられ	ごはん	鶏肉のアングレーズ 昆布和え 玉ねぎのみそ汁	ビスケット ウエハース	米・片栗粉・油・さとう・パン粉	とり肉・塩こんぶ・油揚げ・豆腐・みそ・牛乳	しょうが・キャベツ・にんじん・玉ねぎ・ねぎ
13	金	フルーツ	ごはん	ビーフシチュー オリエンタルサラダ	せんべい	米・油・じゃがいも・バター・小麦粉・さとう・コーンフレーク・ごま油	ぎゅう肉・生クリーム・ツナ・牛乳	ローリエ・にんじん・玉ねぎ・ケチャップ・トマトピューレ・パセリ・キャベツ・きゅうり
14	土	ビスケット	きしめん	きしめん ヨーグルト	あられ	きしめん	とり肉・油揚げ・なると・ヨーグルト・牛乳	にんじん・ねぎ・玉ねぎ
16	月	あられ	ごはん	みそハンバーグ しそ和え もやしスープ	せんべい	米・油・さとう・パン粉	合ひき肉・調整豆乳・みそ・豆腐・牛乳	玉ねぎ・キャベツ・にんじん・しそ・もやし・パセリ
17	火	ヨーグルト	ごはん	さけのレモンじょうゆ焼き 五目きんぴら 白菜のみそ汁	大学芋	米・さとう・みりん・ごま・ごま油・さつまいも・油	さけ・さつま揚げ・油揚げ・みそ・牛乳	レモン果汁・しょうが・ねぎ・ごぼう・にんじん・ピーマン・こんにゃく・はくさい・玉ねぎ
18	水	せんべい	ごはん	豚肉のソースマリネ みだくさんスープ 型抜きレアチーズ	ビスケット	米・油・さとう	ぶた肉・豆腐・型抜きレアチーズ・牛乳	玉ねぎ・にんじん・エリンギ・ケチャップ・キャベツ
19	木	フルーツ	ひじき ごはん	ひじきごはん キャベツとコーンのサラダ 麩入りすまし汁	クラッカーオンカスタード	米・油・みりん・マヨネーズ・クラッカー・小麦粉・さとう・バター	ツナ・油揚げ・ひじき・ちくわ・豆腐・麩・牛乳・卵	ごぼう・にんじん・こんにゃく・キャベツ・ホールコーン・玉ねぎ・ねぎ
20	金	ウエハース	ごはん	鶏肉と大根の五目煮 のり酢和え 豆乳プリン	麩のラスク	米・さといも・さとう・みりん・油・豆乳プリン・バター・グラニュー糖	とり肉・さつま揚げ・ツナ・のり・牛乳・麩	だいこん・にんじん・こんにゃく・キャベツ・きゅうり
21	土	せんべい	かやく うどん	かやくうどん ヨーグルト	あられ	干しうどん	とり肉・油揚げ・わかめ・なると・ヨーグルト・牛乳	にんじん・ねぎ・玉ねぎ
24	火	フルーツ	ごはん	あじフライオーロラソース ボイル野菜 だいこんのみそ汁	せんべい	米・マヨネーズ・小麦粉・パン粉・油	あじ・豆腐・わかめ・みそ・牛乳	ケチャップ・キャベツ・にんじん・だいこん・玉ねぎ・ねぎ
25	水	ビスケット	カレー うどん	カレーうどん 野菜とひじきの和え物	野菜ケークサレ	干しうどん・油・さとう・ごま・小麦粉	ぶた肉・なると・油揚げ・ひじき・牛乳・ベーコン・チーズ	にんじん・玉ねぎ・ねぎ・ほうれんそう・キャベツ・もやし
26	木	あられ	ごはん	とりみそ焼き 柿なます 豆腐のすまし汁	ヨーグルト蒸しパン	米・さとう・みりん・ごま・ケーキミックス	とり肉・赤みそ・豆腐・わかめ・牛乳・ヨーグルト	キャベツ・にんじん・にら・にんにく・かき・だいこん・ねぎ・玉ねぎ
27	金	フルーツ	ごはん	肉団子のコーン蒸し マカロニサラダ わかめスープ	せんべい	米・片栗粉・マカロニ・マヨネーズ	ぶたひき肉・ハム・わかめ・卵・牛乳	玉ねぎ・しょうが・ホールコーン・ケチャップ・きゅうり・キャベツ・にんじん
28	土	ビスケット	わかめ うどん	わかめうどん ヨーグルト	あられ	干しうどん	とり肉・なると・油揚げ・わかめ・ヨーグルト・牛乳	にんじん・ねぎ・玉ねぎ
30	月	せんべい	ごはん	鶏肉の照り焼き 和風大根サラダ さつま芋のみそ汁	ビスケット	米・油・みりん・さとう・ごま油・ごま・さつまいも	とり肉・ハム・花かつお・豆腐・みそ・のむヨーグルト	だいこん・きゅうり・にんじん・玉ねぎ・ねぎ

※乳児クラスは午前と午後のおやつ時に牛乳を飲みます。
保育園の幼児クラスは午後おやつ時に、こども園の幼児クラスは給食時に牛乳を飲みます。
【毎月最後の平日】乳児クラスは午後おやつ時に、幼児クラスは牛乳のかわりにのむヨーグルトを飲みます。



※土曜半日保育の給食は、麺類と乳酸菌飲料（またはのむヨーグルト）、おやつはありません。

※園での手作りおやつの日には　　マークがついています。