



令和3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

日	曜日	3歳未満児		献立名	午後おやつ	材 料 名		
		午おやつ	主食			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
1	月	牛乳 チーズ	ごはん	厚揚げのケチャップ煮 そぼろ和え・バナナ	牛乳 せんべい	油・さとう・片栗粉・みりん	厚揚げ・ぶた肉・ツナ缶・牛乳	玉ねぎ・にんじん・ケチャップ・乾燥パセリ・きゅうり・キャベツ・バナナ
2	火	牛乳 フルーツ	ごはん	さわらの塩焼き・白菜のみそ汁 ひじきとチーズのサラダ	牛乳 じゃこトースト	さとう・油・食パン・マヨネーズ	さわら・ハム・チーズ・ひじき・豆腐・油揚げ・わかめ・みそ・しらす干し・牛乳	キャベツ・にんじん・はくさい・玉ねぎ・ねぎ・乾燥パセリ
4	木	牛乳 あられ	わかめ ごはん	わかめごはん・えのきのすまし汁 鶏肉と大根の五目煮	牛乳 野菜ケーキサレ	米・さといも・さとう・みりん・油・ケーキミックス	わかめ・とり肉・厚揚げ・豆腐・牛乳・ベーコン・チーズ	だいこん・にんじん・こんにゃく・えのき・玉ねぎ・ねぎ・コーン缶
5	金	牛乳 ビスケット	ごはん	鶏肉のアングレース 昆布和え・もやしスープ	牛乳 せんべい	片栗粉・油・さとう・パン粉	とり肉・塩昆布・ベーコン・豆腐・牛乳	しょうが・キャベツ・にんじん・もやし・玉ねぎ・乾燥パセリ
6	土	牛乳 あられ	とり南蛮 うどん	とり南蛮うどん 乳酸菌飲料又はのむヨーグルト	牛乳 ビスケット	干しうどん	とり肉・油揚げ・かまぼこ・乳酸菌飲料	にんじん・ねぎ・玉ねぎ
8	月	牛乳 フルーツ	ごはん	とんてき風・オリエンタルサラダ わかめのすまし汁	牛乳 黒糖蒸しパン	さとう・油・コーンフレーク・ごま油・小麦粉・黒砂糖	豚こま肉・ツナ缶・豆腐・わかめ・牛乳	にんにく・玉ねぎ・キャベツ・にんじん・きゅうり・えのき
9	火	牛乳 せんべい	ごはん	ひじきハンバーグ ポイル野菜・豆腐のみそ汁	牛乳 あられ	パン粉・油・さとう	合ひき肉・ひじき・調整豆乳・豆腐・油揚げ・みそ・牛乳	玉ねぎ・にんじん・ケチャップ・キャベツ・ねぎ
10	水	牛乳 ビスケット	ごはん	しそふりかけ・ミートグラタン キャベツスープ マイヤーレモンゼリー	牛乳 せんべい	マカロニ・小麦粉・マイヤーレモンゼリー	豚ひき肉・バター・とろけるチーズ・ウインナー・豆腐・牛乳	しそ・じゃが芋・玉ねぎ・トマトピューレ・ケチャップ・キャベツ・にんじん
11	木	牛乳 あられ	五目 ごはん	五目ごはん・麩入りすまし汁 野菜のごまマヨネーズ和え	牛乳 大学芋	米・油・みりん・マヨネーズ・ごま・さつま芋・さとう・黒ごま	ツナ缶・油揚げ・ちくわ・豆腐・つゆ麩・牛乳	ごぼう・にんじん・干しいだけ・きゅうり・キャベツ・玉ねぎ・ねぎ
12	金	ヨーグルト	ごはん	あじの竜田揚げ 大根サラダ・玉ねぎのみそ汁	牛乳 ウエハース ビスケット	片栗粉・油・マヨネーズ	あじ・ハム・豆腐・油揚げ・みそ・牛乳	しょうが・だいこん・きゅうり・キャベツ・玉ねぎ・にんじん・ねぎ
13	土	牛乳 せんべい	きつね うどん	きつねうどん 乳酸菌飲料又はのむヨーグルト	牛乳 あられ	干しうどん	とり肉・油揚げ・かまぼこ・乳酸菌飲料	にんじん・玉ねぎ・ねぎ
15	月	牛乳 ビスケット	ごはん	鶏肉のマーマレード焼き ほうれん草の和え物 わかめのみそ汁	牛乳 ふかし芋	油・オレンジマーマレード・さとう・さつま芋	とり肉・ちくわ・花かつお・わかめ・豆腐・油揚げ・みそ・牛乳	オレンジジュース・ほうれん草・はくさい・にんじん・玉ねぎ・ねぎ
16	火	牛乳 せんべい	ごはん	ビーフシチュー コールスローサラダ	牛乳 あられ	油・じゃが芋・小麦粉・さとう・マヨネーズ	ぎゅう肉・バター・生クリーム・ハム・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・乾燥パセリ・キャベツ・きゅうり
17	水	牛乳 フルーツ	ひじき ごはん	ひじきごはん・ミモザサラダ 玉ねぎのすまし汁	牛乳 マフィン	米・油・みりん・さとう・ケーキミックス	とり肉・油揚げ・ひじき・卵・豆腐・わかめ・バター・牛乳	ごぼう・にんじん・こんにゃく・きゅうり・キャベツ・玉ねぎ・ねぎ
18	木	牛乳 ビスケット	ごはん	スコップコロック しそ和え・チンゲンサイスープ	牛乳 せんべい	じゃが芋・みりん・パン粉・油	合ひき肉・とろけるチーズ・調整豆乳・ベーコン・豆腐・わかめ・牛乳	玉ねぎ・にんじん・キャベツ・しそ・チンゲンサイ
19	金	牛乳 フルーツ	ごはん	さけのレモンしょうゆ焼き 切干大根煮・さつま芋のみそ汁	牛乳 あられ	さとう・みりん・さつま芋	さけ・さつま揚げ・みそ・牛乳	レモン果汁・しょうが・白ねぎ・切干大根・にんじん・だいこん・玉ねぎ・ねぎ
20	土	牛乳 ビスケット	わかめ うどん	わかめうどん 乳酸菌飲料又はのむヨーグルト	牛乳 せんべい	干しうどん	とり肉・なると・油揚げ・わかめ・乳酸菌飲料	にんじん・ねぎ・玉ねぎ
22	月	牛乳 フルーツ	カレー うどん	カレーうどん のり酢和え・ヨーグルト	牛乳 あられ	干しうどん・カレールウ・油・さとう	ぶた肉・なると・油揚げ・ツナ缶・角のり・ヨーグルト・牛乳	にんじん・玉ねぎ・ねぎ・キャベツ
24	水	牛乳 ウエハース	ごはん	油淋鶏・おかか和え 豆腐のすまし汁	牛乳 ビスケット	片栗粉・油・さとう・ごま油	とり肉・ちくわ・花かつお・豆腐・牛乳	白ねぎ・しょうが・キャベツ・にんじん・玉ねぎ・えのき・ねぎ
25	木	牛乳 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	牛乳 スイートポテト	油・さとう・さつま芋	ぶた肉・ウインナー・豆腐・型抜きレアチーズ・牛乳・バター・生クリーム	玉ねぎ・にんじん・ピーマン・エリンギ・ケチャップ・だいこん・キャベツ・乾燥パセリ
26	金	牛乳 フルーツ	ごはん	ぶりの煮つけ・三色ナムル 大根のみそ汁	牛乳 あられかりんとう	みりん・さとう・ごま・ごま油・田舎あられ	ぶり・油揚げ・豆腐・みそ・牛乳	しょうが・きゅうり・もやし・にんじん・だいこん・玉ねぎ・ねぎ
27	土	牛乳 あられ	かやく うどん	かやくうどん 乳酸菌飲料又はのむヨーグルト	牛乳 ビスケット	干しうどん	とり肉・油揚げ・かまぼこ・乳酸菌飲料	にんじん・ねぎ・玉ねぎ
29	月	牛乳 フルーツ	ごはん	さっぱりしょうが焼き マカロニサラダ・しめじのすまし汁	牛乳 せんべい	さとう・みりん・油・マカロニ・マヨネーズ	ぶた肉・ハム・豆腐・つゆ麩・牛乳	しょうが・だいこん・きゅうり・みかん缶・キャベツ・しめじ・にんじん・玉ねぎ・ねぎ
30	火	牛乳 あられ	ごはん	ハワイアンチキン ごま和え大根・じゃが芋のスープ	のむヨーグルト ビスケット	みりん・さとう・ごま・じゃが芋	とり肉・油揚げ・ベーコン・豆腐・のむヨーグルト	パイナップル・だいこん・にんじん・ほうれん草・玉ねぎ・乾燥パセリ

※保育園での手作りおやつの日には マークがついています。

【食材の入荷状況により、献立内容を変更することがありますのでご了承ください】

【給食に使用する主要食材の産地を、各保育園において公表しています】