

令和7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		献立名	午後おやつ	材 料 名		
		午前	午後			熟と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
1	土	せんべい	わかめうどん	わかめうどん ヨーグルト	ビスケット	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
4	火	フルーツ	中華飯	中華飯 わかめスープ 型抜きレアチーズケーキ	大学芋	米・油・さとう・片栗粉・ごま油・さつまいも・ごま	ぶた肉・なると・わかめ・卵・型抜きレアチーズ・牛乳	にんじん・はくさい・玉ねぎ・干しいたけ・にんにく・しょうが
5	水	あられ	ごはん	鶏肉のアングレース キャベツのごま和え 小松菜のすまし汁	せんべい	米・片栗粉・油・さとう・パン粉・ごま	とり肉・豆腐・牛乳	しょうが・キャベツ・にんじん・きゅうり・こまつな・玉ねぎ
6	木	ウエハース	ごはん	マーボー豆腐 ばんさんすう ヨーグルト	あられかりんとう	米・片栗粉・さとう・油・はるさめ・ごま・ごま油・田舎あられ	ぶたひき肉・豆腐・赤みそ・ハム・ヨーグルト・牛乳	玉ねぎ・にら・にんじん・しょうが・干しいたけ・きゅうり・キャベツ
7	金	フルーツ	ごはん	さけのレモンじょうゆ焼き コールスローサラダ さつま芋のみそ汁	ビスケット	米・さとう・みりん・マヨネーズ・さつまいも	さけ・ハム・みそ・牛乳	レモン果汁・しょうが・ねぎ・キャベツ・きゅうり・にんじん・だいこん・玉ねぎ
8	土	あられ	きつねうどん	きつねうどん ヨーグルト	せんべい	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
10	月	フルーツ	ごはん	ビーフシチュー 和風サラダ	せんべい	米・油・じゃがいも・バター・小麦粉・さとう	ぎゅう肉・生クリーム・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・パセリ・きゅうり・キャベツ・パイン缶
11	火	ビスケット	ごはん	あじのフライタルタルソース ボイル野菜 だいこんのみそ汁	あられ	米・マヨネーズ・小麦粉・パン粉・油	あじ・カッテージチーズ・油揚げ・みそ・牛乳	パイン缶・キャベツ・にんじん・だいこん・玉ねぎ・ねぎ
12	水	せんべい	ごはん	鶏肉と大根の五目煮 オリエンタルサラダ カラフルゼリー	豆乳もち	米・さといも・さとう・みりん・油・ごま油・いちごゼリー・片栗粉・コーンフレーク	とり肉・さつま揚げ・ツナ・牛乳・調整豆乳・きな粉	だいこん・にんじん・こんにゃく・キャベツ・きゅうり・玉ねぎ
13	木	ヨーグルト	ごはん	豚肉のしょうが焼き ほうれんそうサラダ 玉ねぎのすまし汁	せんべい	米・みりん・油・マヨネーズ	ぶた肉・ツナ・豆腐・牛乳	しょうが・玉ねぎ・ほうれんそう・キャベツ・にんじん・ねぎ
14	金	ビスケット	和風ガバオライス	和風ガバオライス 野菜スープ バナナ	スイートポテト	米・油・みりん・さとう・さつまいも・バター	とりひき肉・ウインナー・牛乳・生クリーム	にんにく・ピーマン・玉ねぎ・しめじ・にんじん・キャベツ・バナナ
15	土	あられ	きしめん	きしめん ヨーグルト	せんべい	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
17	月	せんべい	ごはん	みそ焼き豚 柿なます わかめのすまし汁	ビスケット	米・さとう・ごま・みりん	ぶた肉・みそ・豆腐・わかめ・牛乳	かき・だいこん・にんじん・玉ねぎ
18	火	あられ	ごはん	ぶりの煮つけ ポテトサラダ 豆腐のみそ汁	水ようかん	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・こしあん	しょうが・きゅうり・にんじん・玉ねぎ・ねぎ・粉寒天
19	水	フルーツ	ごはん	ミートローフ しそ和え きのこスープ	せんべい	米・パン粉・さとう	合ひき肉・調整豆乳・ウインナー・牛乳	玉ねぎ・にんじん・しょうが・ケチャップ・キャベツ・しそ・エリンギ・パセリ
20	木	せんべい	ひじきごはん	ひじきごはん キャベツとコーンのサラダ 麴入りすまし汁	揚げパン	米・油・みりん・マヨネーズ・ロールパン・さとう	とり肉・油揚げ・ひじき・ちくわ・豆腐・麴・牛乳・きな粉	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
21	金	チーズ	ごはん	豚肉のソースマリネ みだくさんスープ 豆乳プリン	ビスケット	米・油・さとう・豆乳プリン	ぶた肉・豆腐・牛乳	玉ねぎ・にんじん・エリンギ・ケチャップ・キャベツ
22	土	あられ	かやくうどん	かやくうどん ヨーグルト	せんべい	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
25	火	フルーツ	ごはん	鶏肉の照り焼き 和風大根サラダ 白菜のみそ汁	ヨーグルト 蒸しパン	米・油・みりん・さとう・ごま油・ごま・ケーキミックス	とり肉・ハム・花かつお・油揚げ・みそ・牛乳・ヨーグルト	だいこん・きゅうり・にんじん・はくさい・玉ねぎ・ねぎ
26	水	せんべい	ごはん	さつまいものスコップコロケ 昆布和え もやしスープ	ビスケット ウエハース	米・さつまいも・みりん・パン粉・油	合ひき肉・チーズ・塩こんぶ・ベーコン・牛乳	玉ねぎ・にんじん・キャベツ・もやし・パセリ
27	木	あられ	カレーうどん	カレーうどん 野菜とひじきの和え物	米粉のココアバナナケーキ	干しうどん・油・さとう・ごま・米粉ケーキミックス	ぶた肉・なると・油揚げ・ひじき・牛乳・調整豆乳・ココア	にんじん・玉ねぎ・ねぎ・ほうれんそう・キャベツ・もやし・バナナ
28	金	フルーツ	ごはん	さわらのみそ焼き マカロニサラダ 豆腐のすまし汁	せんべい	米・みりん・マカロニ・マヨネーズ	さわら・白みそ・ハム・豆腐・のむヨーグルト	きゅうり・キャベツ・玉ねぎ・にんじん・ねぎ
29	土	せんべい	とり南蛮うどん	とり南蛮うどん 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・ねぎ・玉ねぎ

※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。

