



令和7年度 11月給食献立



若鮎こども園

栄養士:五嶋

★材料入荷の都合により、献立を変更することがあります。

日付	主食	副食	汁物	材料名	おやつ
1 土	お弁当				
2 日					
3 月	文化の日				
4 火	わかめごはん	クリームシチュー れんこんの中華風サラダ		米 炊き込みわかめ 鶏もも肉 玉葱 さつま芋 人参 グリンピース 牛乳 ホワイトルウ れんこん ひじき いりごま	サクッとあられ 豆乳クッキー 豆乳
5 水	虹いろごはん	タラの磯辺揚げ 白菜の塩こぶ和え	じゃが芋の味噌汁	米 虹色米 タラ 青のり 天ぷら粉 白菜 人参 塩昆布 じゃが芋 玉葱 わかめ 味噌	※玄米おにぎり(鮭わかめ) お茶
6 木	虹いろごはん	牛肉の甘辛煮 大根のさっぱり和え	春菊の味噌汁	米 虹色米 牛肉 玉葱 人参 土生姜 大根 胡瓜 青じそドレッシング 春菊 味噌	※アップルドーナツ 豆乳
7 金	虹いろごはん	赤魚の葱塩焼き キャベツの煮浸し	きのこの味噌汁	米 虹色米 赤魚 白葱 レモン汁 キャベツ 人参 油揚げ しめじ えのき茸 玉葱 青葱 味噌	ひごうきビスケット 豆乳
8 土	パン・ジュース				
9 日					
10 月	お弁当パンザイ				キヌアあられ 野菜入りソフトせん 豆乳
11 火	ふりかけごはん	八宝菜	わかめスープ	米 かつおふりかけ 豚肉 しめじ 人参 白菜 もやし ピーマン 干し椎茸 水煮たけのこ わかめ 玉葱 えのき茸	ねじねじあられ するめ 豆乳
12 水	虹いろごはん	鯖の味噌煮 ブロッコリーのおかか和え	すまし汁	米 虹色米 鯖 土生姜 味噌 ブロッコリー 人参 花かつお 大根 玉葱 三つ葉	※芋もち 豆乳
13 木	虹いろごはん	お肉屋さんのコロッケ 甘酢キャベツ	赤だし	米 虹色米 コロッケ ウスターソース キャベツ 人参 玉葱 なめこ 青葱 味噌	※フルーツヨーグルト 豆乳
14 金	虹いろごはん	はんぺん入り卵焼き 五目豆煮	さつま芋の味噌汁	米 虹色米 卵 はんぺん 人参 玉葱 青葱 ちくわ 水煮大豆 干し椎茸 こんにやく さつま芋 わかめ 味噌	ひじきせんべい ミニゼリー 豆乳
15 土	ほっかほかまつり				
16 日					
17 月	麦ごはん	ちくわのカレー風味天ぷら 小松菜のツナマヨ和え	南瓜の味噌汁	米 押し麦 ちくわ 天ぷら粉 カレー粉 小松菜 人参 ツナ 卵なしマヨネーズ 南瓜 玉葱 わかめ 味噌	水族館のなかまたち ソースせん 豆乳
18 火	●ゆかりご飯 ○塩むすび	芋煮		米 牛肉 里芋 白葱 赤こんにやく ごぼう 白菜 ちくわ 人参 しめじ 大根 油揚げ ●ゆかり	ムーンライト さかなっこ 豆乳
19 水	ごはん	鮭のちゃんちゃん焼き 一食納豆	すまし汁	米 鮭 キャベツ 玉葱 人参 えのき茸 もやし 味噌 納豆 絹豆腐 三つ葉	※ケーキサレ 豆乳
20 木	虹いろごはん	牛肉のうま煮 里芋の甘辛揚げ	白菜の味噌汁	米 虹色米 牛肉 大根 人参 ごぼう 赤こんにやく ちくわ 里芋 白菜 しめじ 油揚げ 白葱 味噌	かき 豆乳
21 金	虹いろごはん	鯖のチーズ焼き ブロッコリーサラダ	レタススープ	米 虹色米 鯖 チーズ ブロッコリー 人参 コーン レタス 玉葱 ベーコン	こんぶあられ ミニいも花子 豆乳
22 土	お弁当				
23 日					
24 月	振替休日				
25 火	虹いろごはん	南瓜オムレツ ごぼうサラダ	オニオンスープ	米 虹色米 卵 豚ミンチ 牛ミンチ 玉葱 人参 南瓜 豆乳 ケチャップ ごぼう 胡瓜 ツナ えのき茸 和風ごまドレッシング えのき茸 パセリ	ぼたぼた焼き 紫芋ふんわりせんべい 豆乳
26 水	虹いろごはん	カレーの照り焼き 白菜のゆかり和え	粕汁	米 虹色米 カレイ 土生姜 白菜 人参 ゆかり 大根 玉葱 油揚げ 酒粕 味噌	※水ようかん お茶
27 木	ごはん	回鍋肉	ビーフンスープ	米 豚肉 人参 キャベツ 玉葱 もやし 味噌 ビーフン チンゲン菜 ベーコン	※パン ぶどうジュース
28 金	炊込みごはん	鯖の甘辛竜田 切干し大根とひじきのサラダ	豆乳味噌汁	米 油揚げ 人参 しめじ ごぼう 鯖 土生姜 胡瓜 切干し大根 ひじき コーン 卵なしマヨネーズ じゃが芋 玉葱 青葱 豆乳 味噌	米粉のりんごタルト かぼちゃのロールクッキー 豆乳
29 土	パン・ジュース				
30 日					

●…ひよこ・うさぎのみの提供

○…ぱんだ・幼児のみの提供

※は、手作りおやつです。



※18日(火)の給食は『芋煮』です。
幼児は園庭で煮込んだ芋煮を食べます。
雨の場合は、20日(木)に延期になります。

