



11月 給食献立表







令和 6年

りとせりージョン瀬野辺保育園

日曜	おやつ	屋 食	おやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をとのえる		
1 金	麦茶 ビスケット	煮込みうどん 大豆と野菜の胡麻和え デザート	牛乳 おにぎり	・ぶた肉・大豆水煮 ・いんげん ・牛乳・ヨーグルト	・ゆでうどん・上白糖 ・いりごま ・せんべい	・にんじん・ぶなしめじ・まいたけ ・えのきたけ・はくさい・バナナ	牛乳一麦茶	
2 土	麦茶 クラッカー	ご飯 鶏肉の照り焼き 切干大根の煮物 ほうれん草と豆腐のすまし汁 りんご	麦茶 フルーツヨーグルト	・鶏肉・淡色辛みそ ・竹輪・豆腐 ・ヨーグルト	・精白米・砂糖・マヨドレ	・切干しだいこん・にんじん ・いんげん・ほうれん草 ・りんご・みかん缶・バナナ ・パイナップル		
4 月	 振替休日 							
5 火	麦茶 ビスケット	ご飯 鶏肉の味噌マヨドレ焼き 白菜とほうれん草のお浸し じゃがいもわかめの味噌汁 デザート	牛乳 ココア蒸しパン	・鶏もも肉・削り節 ・油揚げ・淡色辛みそ ・牛乳	・精白米・上白糖・じゃがいも ・薄力粉・マヨドレ ・調合油	・たまねぎ・はくさい・ほうれん草 ・にんじん・乾わかめ・青ねぎ ・みかん缶	牛乳一麦茶	
6 水	麦茶 黒糖	ご飯 大根とじゃがいものそぼろ煮 ごぼうサラダ 豆腐とわかめの味噌汁 デザート	牛乳 野菜と鮭のおにぎり	・豆乳・淡色辛みそ ・ヨーグルト・牛乳 ・さけ・甘みそ・油揚げ ・鶏ひき肉・豆腐	・ゆでうどん・いりごま ・ごま油・じゃがいも ・マヨドレ	・にんじん・たまねぎ ・だいこん ・いんげん・ごぼう・きゅうり ・こまつな	牛乳一麦茶	
7 木	麦茶 せんべい	ご飯 鶏肉と大豆のトマト煮 ブロッコリーのごま和え 青梗菜のスープ デザート	牛乳 青のりすなっく	・鶏もも肉・大豆水煮 ・牛乳	・精白米・調合油・いりごま ・上白糖 ・おろし・マーガリン ・砂糖	・にんにく・たまねぎ・ホールトマト ・トマトケチャップ・ブロッコリー ・カリフラワー・チンゲンサイ ・にんじん・桃缶・青のり	牛乳一麦茶	
8 金	麦茶 ビスケット	麦ご飯 鮭の塩焼き ひじきの炒め煮 かぼちゃとほうれん草の味噌汁 デザート	牛乳 きなこサンド	・さけ・油揚げ ・淡色辛みそ・牛乳 ・きな粉	・精白米・押麦・上白糖 ・調合油・しょうゆせんべい ・食パン	・乾ひじき・にんじん・いんげん ・かぼちゃ・ほうれん草 ・たまねぎ・みかん缶	牛乳一麦茶	
9 土	麦茶 クラッカー	中華丼 具だくさんスープ デザート	麦茶 せんべい	・ぶた肉 ・かまぼこ・牛乳	・精白米・ごま油・片栗粉 ・じゃがいも ・上白糖・せんべい	・はくさい・にんじん ・もやし・長ねぎ・ゼリー ・チンゲンサイ・にんじん・たまねぎ		
11 月	麦茶 せんべい	ご飯 肉じゃが 大根とツナの青しそサラダ キャベツとしめじの味噌汁 デザート	牛乳 バナナケーキ	・ぶた肉 ・グリーンピース・牛乳 ・シーチキン・削り節 ・淡色辛みそ・油揚げ	・精白米・じゃがいも ・しらたき・上白糖・調合油 ・薄力粉	・にんじん・たまねぎ・だいこん ・しその葉・キャベツ・ほんしめじ ・バナナ・桃缶	牛乳一麦茶	
12 火	麦茶 ビスケット	★パン タンドリーチキン 温野菜サラダ 豆腐の洋風スープ バナナ	牛乳 炊き込みごはん	・若鶏もも皮なし ・ヨーグルト ・豆腐・牛乳	・薄力粉・さつまいも ・マヨドレ・砂糖 ・精白米 ・マーガリン	・たまねぎ・トマトケチャップ ・にんじん・ブロッコリー ・しいたけ・ほうれん草・バナナ ・ぶなしめじ・青ねぎ・まいたけ	食パン一米粉パン 牛乳一麦茶 ★パン タンドリーチキンカレー風味	
13 水	麦茶 ペジタべる	ご飯 豚肉のしょうが焼き ほうれん草のナムル 白菜とわかめの味噌汁 デザート	牛乳 ジャムサンド	・ぶた肉 ・淡色辛みそ・乳酸菌飲料 ・牛乳・食パン	・精白米・調合油・上白糖 ・いりごま	・しょうが・たまねぎ・ピーマン ・にんじん・ほうれん草 ・もやし・はくさい・桃缶 ・わかめ・いちごジャム	牛乳一麦茶 食パン一米粉パン	
14 木	麦茶 せんべい	ご飯 マーボー豆腐 春雨サラダ 大根の味噌汁 デザート	牛乳 バナナブレッド	・豆腐・ぶたひき肉 ・淡色辛みそ・牛乳	・精白米・ごま油・マーガリン ・片栗粉・いりごま ・はるさめ・上白糖 ・ウエハース・薄力粉	・たまねぎ・長ねぎ・にら・はくさい ・キャベツ・にんじん・きゅうり ・チンゲンサイ・だいこん ・みかん缶・バナナ	牛乳一麦茶	
15 金	麦茶 ビスケット	ご飯 チキンカレー ポテトサラダ デザート	牛乳 レーズンクッキー	・鶏肉 ・牛乳 ・魚肉ソーセージ	・精白米・調合油・じゃがいも ・マヨドレ・いりごま ・ごま油 ・薄力粉・砂糖・なたね油	・にんじん・たまねぎ ・トマトケチャップ・きゅうり	牛乳一麦茶	
16 土	麦茶 クラッカー	スパゲティミートソース ポトフ デザート	麦茶 せんべい	・ぶたひき肉 ・ウインナー ・牛乳・ヨーグルト	・スパゲティ ・なたね油・砂糖・じゃがいも ・せんべい	・たまねぎ・にんにく・ホールトマト ・トマトケチャップ・にんじん ・バナナ		
18 月	麦茶 せんべい	オニオンライス 唐揚げ さつま芋のサラダ 野菜のスープ デザート	牛乳 ★誕生日フルーツケーキ	・鶏肉 ・乳酸菌飲料・牛乳 ・ホイップクリーム	・精白米・マーガリン ・薄力粉・パン粉・調合油 ・さつまいも・上白糖	・たまねぎ・きゅうり・にんじん ・だいこん・チンゲンサイ・黄桃缶	牛乳一麦茶	
19 火	麦茶 ビスケット	ご飯 ポークチャップ ひじきとチーズのサラダ ちんげんさいとじゃが芋のスープ デザート	牛乳 ふかし芋	・ぶた肉 ・プロセスチーズ ・牛乳	・精白米・調合油 ・マーガリン・砂糖 ・じゃがいも ・さつまいも	・たまねぎ・トマトケチャップ ・乾ひじき・キャベツ・きゅうり ・チンゲンサイ・みかん缶 ・マッシュルーム	牛乳一麦茶	
20 水	麦茶 黒糖	けんちんうどん 鶏肉のコマみそ焼き かぼちゃサラダ デザート	牛乳 しらすわかめおにぎり	・ぶた肉 ・豆腐・鶏肉 ・淡色辛みそ ・牛乳・しらす干し	・ゆでうどん・調合油 ・いりごま・マヨドレ ・精白米 ・ごま	・ごぼう・だいこん・こまつな ・長ねぎ・かぼちゃ・にんじん ・きゅうり・わかめ・バナナ	牛乳一麦茶	
21 木	麦茶 せんべい	ご飯 煮魚 大根サラダ じゃが芋と油揚げの味噌汁 デザート	牛乳 スイートポテト	・さば・淡色辛みそ ・魚肉ソーセージ・削り節 ・油揚げ・甘みそ ・牛乳	・精白米・上白糖・調合油 ・さつまいも・ウエハース ・じゃが芋・マーガリン	・しょうが・だいこん・にんじん ・きゅうり・キャベツ ・パイナップル	牛乳一麦茶	
22 金	麦茶 ビスケット	ご飯 ハンバーグ グリーンサラダ コーンポタージュ デザート	牛乳 イチゴソースホットケーキ	・ぶたひき肉・鶏ひき肉 ・木綿豆腐・牛乳	・精白米・パン粉・砂糖 ・調合油 ・薄力粉・マーガリン	・たまねぎ・トマトケチャップ ・キャベツ・赤ピーマン・きゅうり ・コーン・枝豆・ブロッコリー ・コーンクリーム・いちごジャム	牛乳一麦茶	
23 土	 勤労感謝の日 							
25 月	麦茶 せんべい	ご飯 鶏肉と根菜の煮物 大豆とひじきの炒め煮 ほうれん草と豆腐の味噌汁 デザート	牛乳 バナナスコーン	・鶏肉 ・大豆水煮・油揚げ ・豆腐・淡色辛みそ ・牛乳	・精白米・じゃがいも・調合油 ・上白糖 ・薄力粉・マーガリン ・砂糖	・だいこん・にんじん ・きぬさや・にんじん・乾ひじき ・ほうれん草・みかん缶・バナナ	牛乳一麦茶	
26 火	麦茶 ビスケット	ご飯 キーマカレー キャベツのコールスロー デザート	牛乳 ナポリタン	・ぶたひき肉・牛乳	・精白米・マヨドレ・砂糖 ・ビスケット ・マカロニ ・調合油	・にんじん・たまねぎ・なす ・キャベツ・きゅうり・コーン ・ピーマン ・バナナ・マッシュルーム	牛乳一麦茶	
27 水	麦茶 サッポロポテト	食パン チキンオムレツ マカロニサラダ たまねぎとにんじんのスープ デザート	牛乳 炊き込みご飯おにぎり	・鶏肉・鶏卵 ・牛乳 ・魚肉ソーセージ・油揚げ	・食パン・マーガリン ・マカロニ・精白米 ・マヨドレ	・たまねぎ・トマトケチャップ ・きゅうり・にんじん・キャベツ ・バナナ・ぶなしめじ・ごぼう ・にんじん	ミートオムレツ卵除去 牛乳一麦茶	
28 木	麦茶 せんべい	ご飯 厚揚げの中華炒め もやしの中華和え 切り干し大根の味噌汁 デザート	牛乳 マカロニきなこ	・生揚げ ・ぶた肉 ・淡色辛みそ・牛乳 ・きな粉	・精白米・じゃがいも ・ごんにやく・調合油 ・上白糖・ごま油 ・マカロニ	・にんじん・いんげん ・もやし・わかめ・きゅうり ・切干しだいこん・桃缶	牛乳一麦茶	
29 金	麦茶 ビスケット	ご飯 まいたけと豚肉のみそ炒め ピーマンサラダ ほうれん草と豆腐の味噌汁 デザート	牛乳 にんじんクッキー	・ぶた肉・淡色辛みそ ・豆腐・牛乳	・精白米・上白糖・片栗粉 ・ごま油・ピーマン ・薄力粉 ・マーガリン	・まいたけ・赤ピーマン・長ねぎ ・にんじん・きゅうり・ほうれん草 ・みかん缶	牛乳一麦茶	
30 土	麦茶 クラッカー	チキンライス きゅうりと竹輪のマヨ和え 白菜のスープ りんご	麦茶 ゼリー	・若鶏もも皮なし ・焼き竹輪・牛乳	・精白米・調合油・マヨドレ ・ソーダクラッカー ・しょうゆせんべい・上白糖	・にんじん・たまねぎ・コーン ・グリーンピース・わかめ・白菜・りんご ・トマトケチャップ・きゅうり・ゼリー		

※ 食材の調達状況により、メニュー変更になる場合があります



日	曜	おひる	主な材料	午後おやつ	主な材料	
1	金	五倍がゆ 鶏肉と豆腐のだし煮 野菜のだし煮 すまし汁	米 鶏肉・豆腐 人参・ほうれん草	麦茶 ほうれん草がゆ	米 ほうれん草	
2	土	煮込みうどん 野菜のだし煮 すまし汁	うどん・白菜・しらす にんじん	麦茶 ハイハイ		
4	月	 振替休日 				
5	火	五倍がゆ じゃが芋と鶏肉のだし煮 野菜のだし煮 すまし汁	米 じゃが芋・鶏肉 白菜・人参・玉ねぎ・ほうれん草	麦茶 ほうれん草がゆ	米 ほうれん草	
6	水	煮込みうどん じゃが芋としらすのだし煮 すまし汁	うどん・キャベツ・玉ねぎ・大根 じゃが芋・しらす	麦茶 にんじんがゆ	米 人参	
7	木	五倍がゆ 鶏肉とブロッコリーのだし煮 野菜のだし煮 すまし汁	米 鶏肉・ブロッコリー 玉ねぎ・人参・カリフラワー	麦茶 ブロッコリーがゆ	米 ブロッコリー	
8	金	五倍がゆ 鮭と南瓜のだし煮 野菜のだし煮 すまし汁	米 鮭・南瓜 人参・ほうれん草・玉ねぎ	麦茶 きな粉パン粥	食パン きな粉	
9	土	五倍がゆ しらすと野菜のだし煮 すまし汁	米 しらす・白菜・人参・玉ねぎ・じゃが芋	麦茶 ハイハイ		
11	月	五倍がゆ しらすとじゃが芋のだし煮 野菜のだし煮 すまし汁	米 しらす・じゃが芋 人参・キャベツ・大根	麦茶 にんじんがゆ	米 人参	
12	火	五倍がゆ 鶏肉と豆腐のだし煮 野菜のだし煮 すまし汁	米 鶏肉・豆腐 玉ねぎ・人参・ブロッコリー	麦茶 さつま芋がゆ	米 さつま芋	
13	水	五倍がゆ しらすと豆腐のだし煮 野菜のだし煮 すまし汁	米 しらす・豆腐 玉ねぎ・人参・ほうれん草・白菜	麦茶 ほうれん草がゆ	米 ほうれん草	
14	木	五倍がゆ しらすと豆腐のだし煮 野菜のだし煮 すまし汁	米 しらす・豆腐 玉ねぎ・キャベツ・人参・大根	麦茶 にんじんがゆ	米 人参	
15	金	五倍がゆ 鶏肉とじゃが芋のだし煮 野菜のだし煮 すまし汁	米 鶏肉・じゃが芋 人参・玉ねぎ・ほうれん草	麦茶 ほうれん草がゆ	米 ほうれん草	
16	土	スープスバゲティ 野菜のだし煮 すまし汁	スバゲティ・しらす・トマト 人参・玉ねぎ・じゃが芋	麦茶 ハイハイ		
18	月	五倍がゆ 鶏肉とさつま芋のだし煮 野菜のだし煮 すまし汁	米 鶏肉・さつま芋 玉ねぎ・人参・大根	麦茶 さつま芋がゆ	米 さつま芋	
19	火	五倍がゆ 鶏肉とじゃが芋のだし煮 野菜のだし煮 すまし汁	米 鶏肉・じゃが芋 玉ねぎ・キャベツ	麦茶 さつま芋がゆ	米 さつま芋	
20	水	煮込みうどん 鶏肉と南瓜のだし煮 すまし汁	うどん・大根・人参 鶏肉・南瓜	麦茶 しらすがゆ	米 しらす	
21	木	五倍がゆ 豆腐とさつま芋のだし煮 野菜のだし煮 すまし汁	米 豆腐・さつま芋 大根・人参・キャベツ	麦茶 さつま芋がゆ	米 さつま芋	
22	金	五倍がゆ 鶏肉と豆腐のだし煮 野菜のだし煮 すまし汁	米 鶏肉・豆腐 玉ねぎ・キャベツ・ブロッコリー	麦茶 豆腐がゆ	米 豆腐	
23	土	 勤労感謝の日 				
25	月	五倍がゆ 鶏肉とじゃが芋のだし煮 野菜のだし煮 すまし汁	米 鶏肉・じゃが芋 人参・ほうれん草・大根	麦茶 ほうれん草がゆ	米 ほうれん草	
26	火	五倍がゆ しらすとブロッコリーのだし煮 野菜のだし煮 すまし汁	米 しらす・ブロッコリー 人参・玉ねぎ・キャベツ	麦茶 ブロッコリーがゆ	米 ブロッコリー	
27	水	パン粥 鶏肉と豆腐のだし煮 野菜のだし煮 すまし汁	食パン 鶏肉・豆腐 玉ねぎ・人参	麦茶 にんじんがゆ	米 人参	
28	木	五倍がゆ しらすとじゃが芋のだし煮 野菜のだし煮 すまし汁	米 しらす・じゃが芋 人参・もやし・大根	麦茶 にんじんがゆ	米 人参	
29	金	五倍がゆ しらすと豆腐のだし煮 野菜のだし煮 すまし汁	米 しらす・豆腐 人参・ほうれん草	麦茶 ほうれん草がゆ	米 ほうれん草	
30	土	五倍がゆ 鶏肉と野菜のだし煮 すまし汁	米 鶏肉・人参・玉ねぎ・白菜	麦茶 ハイハイ		