

令和 7年11月 献 立 表



★印はマヨネーズ使用です

;

長 栄 保 育 園

| 日 | 曜日 | 献 立 名 | 主 食 | 材 料 名 | | | お や つ | |
|----|----|---------------------------------------|-------------|--------------------------------|---------------------------------------|---|--------------------|-----------------------------|
| | | | | 熱と力になるもの | 血や肉になるもの | 体の調子を整えるもの | 乳 児 (午前) | 乳幼児 (午後) |
| 1 | 土 | 五目うどん フルーツゼリー | | 干しうどん(乾) フルーツゼリー | かまぼこ 鶏もも肉 削り節 | にんじん たまねぎ 葉ねぎ 干し椎茸 | お 茶 ハッピーターン | |
| 3 | 月 | 文化の日 | | | | | | |
| 4 | 火 | 高野豆腐の卵とじ 白みそ汁 | ごはん | じゃがいも 油 | 高野豆腐 鶏胸肉 卵 削り節 生わかめ | にんじん たまねぎ 葉ねぎ はくさい だいこん | 牛 乳 きなこ餅 | 牛 乳 ふるさとボン菓子 |
| 5 | 水 | 白菜のスープ煮 肉のマーマレード炒め チーズ | ミルク ロール | マーマレード(低糖度) 油 | ベーコン 豚もも肉 チーズ | はくさい たまねぎ にんじん しめじ 青ピーマン にんにく | 牛 乳 ビスコ | お 茶 ラップおにぎり |
| 6 | 木 | 大根と肉の煮物 納豆あえ ヤクルト | ごはん | 油 さとう かたくり粉 | 鶏もも肉 刻み昆布 納豆 花かつお ヤクルト | だいこん にんじん しめじ ほうれんそう もやし グリンピース(冷) | 牛 乳 ぱりんこ | 牛 乳 ハッピーターン |
| 7 | 金 | さかなフライ 中華スープ | レーズン ロール | 小麦粉 パン粉(乾) 油 | さかな ロースハム | もやし チンゲンサイ えのきたけ にんじん コーン缶 | 牛 乳 花三色 | 牛 乳 クリームラスク |
| 8 | 土 | 焼きそば 発酵乳 | | 蒸し中華めん 油 | 豚もも肉 あおのり 花かつお 発酵乳 | キャベツ たまねぎ にんじん もやし 青ピーマン | お 茶 ぱりんこ | |
| 10 | 月 | 煮魚(ごぼう) みそ汁 チーズ | ごはん | さとう さいとも | さかな 油揚げ 削り節 チーズ | しょうが ごぼう たまねぎ 葉ねぎ にんじん | お 茶 野菜かりんとう | 牛 乳(100) りんご ミレービスケット |
| 11 | 火 | 肉豆腐 ごま酢あえ | ごはん | 糸こんにやく 油 さとう すりごま(白) | 豚もも肉 豆腐 ツナ缶 | はくさい えのきたけ 根深ねぎ もやし ほうれんそう にんじん | 牛 乳 マリー | 牛 乳 鬼まんじゅう |
| 12 | 水 | なめしごはん れんこんと大葉のつくね わかめスープ 味付け煮干 | ごはん | 油 かたくり粉 白ごま パン粉(乾) | 鶏ひき肉 豆腐 生わかめ 味付け煮干 | れんこん 大葉 キャベツ えのきたけ もやし にんじん | 牛 乳 ルヴァンププライム | 牛 乳 ばかうけ(青のり) |
| 13 | 木 | ドライカレーサンド かき玉スープ フルーツゼリー | 食 パン | 油 かたくり粉 フルーツゼリー | 合びき肉 豆腐 卵 | しょうが にんにく コーン缶 たまねぎ グリンピース(冷) にんじん しめじ ほうれんそう | お 茶 しるこサンド | 牛 乳 源氏パイ |
| 14 | 金 | 豚肉のしょうが炒め みそ汁 | ごはん | さとう 油 じゃがいも | 豚もも肉 生わかめ 油揚げ 削り節 | しょうが たまねぎ こまつな もやし 柿 | 牛 乳 満月ボン | お 茶 中央ヨーグルト |
| 15 | 土 | 和風スパゲティ 発酵乳 | | スパゲティ バター | 鶏もも肉 刻みのり 発酵乳 | にんにく たまねぎ しめじ えのきたけ 大葉 | お 茶 マリー | |
| 17 | 月 | 高野豆腐の卵とじ 白みそ汁 | ごはん | じゃがいも 油 | 高野豆腐 鶏胸肉 卵 削り節 生わかめ | にんじん たまねぎ 葉ねぎ はくさい だいこん | 牛 乳 白い風船 | 牛 乳 シズコーン |
| 18 | 火 | 白菜のスープ煮 肉のマーマレード炒め チーズ | ミルク ロール | マーマレード(低糖度) 油 | ベーコン 豚もも肉 チーズ | はくさい たまねぎ にんじん しめじ 青ピーマン にんにく | 牛 乳 ぱりんこ | 牛 乳(100) 柿 エマチーズクラッカー |
| 19 | 水 | 混ぜごはん 魚の磯辺揚げ すまし汁 | ごはん | 糸こんにやく さとう 小麦粉 かたくり粉 油 ふ | 鶏もも肉 油揚げ 白身魚 刻みのり 削り節 生わかめ あおのり | にんじん 干し椎茸 グリンピース(冷) もやし たまねぎ | 牛 乳 きなこ餅 | お 茶 ビレーネ |
| 20 | 木 | きのこカレー 切干大根サラダ | 麦ごはん | さとう ごま油 油 白ごま じゃがいも 小麦粉 バター | 豚もも肉 ロースハム スキムミルク | しょうが にんにく たまねぎ にんじん しめじ えのきたけ グリンピース(冷) きゅうり コーン缶 もやし 切干し大根 | お 茶 しるこサンドクラッカー | 牛 乳 みりん揚 |
| 21 | 金 | 大根と肉の煮物 納豆あえ | ごはん | 油 さとう かたくり粉 | 鶏もも肉 刻み昆布 納豆 花かつお | だいこん にんじん しめじ ほうれんそう もやし グリンピース(冷) | 牛 乳 ハッピーターン | 牛 乳 雪の宿 |
| 22 | 土 | 五目うどん フルーツゼリー | | 干しうどん(乾) フルーツゼリー | かまぼこ 鶏もも肉 削り節 | にんじん たまねぎ 葉ねぎ 干し椎茸 | お 茶 ハッピーターン | |
| 24 | 月 | 振替休日 | | | | | | |
| 25 | 火 | さかなフライ 中華スープ | レーズン ロール | 小麦粉 パン粉(乾) 油 | さかな ロースハム | もやし チンゲンサイ えのきたけ にんじん コーン缶 | 牛 乳 花三色 | 牛 乳 たべっちどうぶつ |
| 26 | 水 | 豚肉のしょうが炒め みそ汁 | ごはん | さとう 油 じゃがいも | 豚もも肉 生わかめ 油揚げ 削り節 | しょうが たまねぎ こまつな もやし 柿 | 牛 乳 満月ボン | 牛 乳 ぼたぼた焼き |
| 27 | 木 | 五目きんぴら 合わせみそ汁 | ごはん | 油 糸こんにやく さとう 白ごま ごま油 | 鶏もも肉 揚げはん 豆腐 生わかめ 油揚げ 煮干し | ごぼう にんじん さやいんげん ほうれんそう しめじ | 牛 乳 チーズあられ | 牛 乳 マカロニ安倍川 |
| 28 | 金 | ドライカレーサンド かき玉スープ フルーツゼリー | 食 パン | 油 かたくり粉 フルーツゼリー | 合びき肉 豆腐 卵 | しょうが にんにく コーン缶 たまねぎ グリンピース(冷) にんじん しめじ ほうれんそう | お 茶 野菜かりんとう | 牛 乳 ハーバスト |
| 29 | 土 | 焼きそば 発酵乳 | | 蒸し中華めん 油 | 豚もも肉 あおのり 花かつお 発酵乳 | キャベツ たまねぎ にんじん もやし 青ピーマン | お 茶 ぱりんこ | |