

2025年度11月 予定献立表

ののかぜ保育園

	10日(月)	11.25日(火)	12.26日(水)	13.27日(木)	14.28日(金)	1.15.29日(土)
昼食	納豆ごはん 米 50 納豆 10 醤油、だし 照り焼きつくね 豚ひき肉 20 鶏ひき肉 15 玉ねぎ 20 おから 7 えのき 5 いんげん 2 切干大根 1 ひじき 1 醤油、塩、片栗粉 にんじんしりしり にんじん 25 ツナ 3 醤油、砂糖、だし 油 味噌汁 豆腐 10 わかめ 1 味噌、だし	ごはん 米 40 鮭の磯辺焼き 35 さけ 7 青のり 10 塩、だし、片栗粉 10 煮みそ 7 ごぼう 7 にんじん 10 大根 10 こんにゃく 7 厚揚げ 7 鶏もも肉 7 みそ、砂糖、だし すまし汁 白菜 15 えのき 3 しめじ 3 だし、醤油、塩 	ごはん 米 40 ポークチャップ 豚肉 35 玉ねぎ 25 しめじ 3 ケチャップ、醤油 砂糖 ツナサラダ ブロッコリー 15 キャベツ 15 にんじん 5 ツナ 2 マヨドレ、塩 ポタージュ カリフラワー 10 玉ねぎ 10 まいだけ 5 エリンギ 5 じゃがいも 10 豆乳 10 ベーコン 2 パセリ 米粉、だし、塩	ごはん 米 40 手羽先風唐揚げ 50 鶏もも肉 50 こま、醤油、砂糖 米粉、油 きんぴらごぼう ごぼう 20 人参 8 いんげん 3 糸こんにゃく 3 だし、醤油、砂糖 油、こま みぞれ汁 大根 15 豆腐 5 えのき 5 なめこ 5 人参 5 小松菜 2 醤油、塩、片栗粉 だし	ゆうやけごはん 米 45 にんじん 10 醤油、塩、だし さばの味噌煮 35 さば 35 味噌、砂糖、醤油 だし、しょうが 煮びたし 25 白菜 5 水菜 5 油揚げ 5 にんじん 5 鰹節、醤油、だし 豚汁 大根 10 にんじん 7 豚肉 7 さといも 7 こんにゃく 5 ねぎ 2 味噌、だし	あんかけうどん 米麺 40 鶏もも肉 25 はくさい 15 玉ねぎ 15 にんじん 8 醤油、塩、だし 片栗粉 ツナサラダ ブロッコリー 15 キャベツ 15 ツナ 2 にんじん 5 マヨドレ、塩 オープン焼き じゃがいも 30 塩、油
おやつ	チヂミ じゃがいも 15 にんじん 7 にら 3 豚ひき肉 5 片栗粉 5 小麦粉 5 醤油、酢、砂糖 ごま油、塩 果物 25 牛乳 100	大学芋 さつまいも 60 砂糖、塩、醤油 揚げ油 果物 25 牛乳 100	抹茶ういろう 上新粉 20 白玉粉 3 砂糖 5 抹茶 0.2 果物 25 牛乳 100	マロンケーキ 小麦粉 20 マロンパウダー 1 砂糖 5 BP 0.9 油 2 豆乳 25 果物 25 牛乳 100	じゃがいもスコーン じゃがいも 15 米粉 15 砂糖 4 BP 0.7 米油 4 豆乳 5 塩 0.1 果物 25 牛乳 100	やきいも さつまいも 50 果物 25

	17日(月)	4.18日(火)	5.19日(水)	6.20日(木)	7.21日(金)	8.22日(土)
昼食	ミートスパゲティ スパゲティ 40 豚ひき肉 25 鶏ひき肉 10 玉ねぎ 25 にんじん 10 しいたけ 3 セロリ 3 トマト缶 10 ケチャップ、醤油 砂糖、塩 片栗粉 かぼちゃフライ かぼちゃ 30 パン粉 小麦粉、塩 揚げ油 ごまサラダ ブロッコリー 30 にんじん 5 コーン 3 すりごま、醤油 砂糖、マヨドレ	混ぜごはん(かきまわし) 米 40 鶏もも肉 7 ごぼう 5 にんじん 7 干し椎茸 1 醤油、だし 柚子味噌焼き さわら 35 柚子、味噌 醤油、砂糖、片栗粉 油 のりあえ ほうれん草 20 もやし 7 にんじん 5 のり 醤油、ごま油、塩 味噌汁 なめこ 7 みつ葉 2 みそ、だし	ごはん 米 40 チャプチェ 春雨 3 豚肉 25 玉ねぎ 20 にんじん 10 もやし 7 しいたけ 3 ほうれん草 2 にら 2 醤油、砂糖、ごま油 金時豆 金時豆 3 砂糖、醤油 鶏のスープ(もち入り) 鶏手羽元 10 長ねぎ 2 大根 10 白菜 7 じゃがいも 5 米粉7、水6 しょうが 塩、昆布、煮干し	わかめごはん 米 40 わかめご飯の素 とりマヨ 鶏もも肉 50 マヨドレ 1 ケチャップ 1 レモン汁、砂糖 米粉、油、塩、醤油 ぼん酢和え 小松菜 15 もやし 7 わかめ 1 にんじん 5 しらす 1 醤油、砂糖 レモン汁、柚子汁 みそ汁 さつまいも 10 しめじ 3 玉ねぎ 5 みそ、だし	ごはん 米 40 さんまの塩焼き(7日) さんま 35 かれいの照焼き(21日) かれい 35 醤油、砂糖 片栗粉、油 ごまあえ 春菊 5 キャベツ 15 にんじん 5 ごま 3 醤油、砂糖 けんちん汁 大根 15 にんじん 8 さといも 8 油揚げ 2 豆腐 5 小松菜 2 醤油、塩、だし	ゆかりごはん 米 45 ゆかり 鮭の塩焼き 35 鮭 35 塩、油 だし おかかあえ ブロッコリー 30 にんじん 5 かつお節 0.5 味噌汁 白菜 10 じゃがいも 10 わかめ 1 醤油、塩
おやつ	青菜おにぎり 米 30 菜飯の素 焼きのり 果物 25 牛乳 100	フライドポテト じゃがいも 60 塩 青のり 揚げ油 果物 25 牛乳 100	小松菜蒸しパン 米粉 20 砂糖 5 BP 0.9 豆乳 20 小松菜 10 油 0.5 レモン汁 果物 25 牛乳 100	シナモンロール 強力粉 25 砂糖 2 塩 0.2 イースト 0.1 水 15 砂糖 2 シナモン 0.2 果物 25 牛乳 100	やきそば 焼きそば麺 25 キャベツ 10 にんじん 5 もやし 5 豚肉 5 やきそばソース 鰹節、青のり 果物 25 牛乳 100	ジャムサンド 食パン 30 いちごジャム 5  果物 25

※仕入れ状況によって献立に変更がある場合があります。

14日のやきいも会の日の献立はおにぎり、豚汁、やきいもになります。