

令和6年
(2024年)

11月給食予定献立表

はーとらいふ保育園

日	曜	献立名	おやつ	おもな食品と体内ではたらし			エネルギー
				血や肉、骨となるもの	体の調子を整えるもの	熱や力のもとになるもの	
				赤の食品	緑の食品	黄の食品	
1	金	カレーライス コールスローサラダ 中華汁	せんべい	豚肉 豆腐	玉葱 人参 キャベツ 椎茸 ねぎ	米 ジャガイモ マヨネーズ サラダ油	426 kcal
2	土	ご飯 豚肉の塩だれ炒め 里芋の煮物 すまし汁	クラッカー	豚肉	パプリカ 人参 生姜 玉葱	米 里芋 グラニュー糖 サラダ油 ごま油	456 kcal
5	火	ご飯 白身魚のポトチス焼き 切昆布炒め煮 みそ汁	はちやぐみ棒	スケソウダラ チーズ	昆布 人参 いんげん 椎茸	米 天ぷら粉 ジャガイモ ごま油	332 kcal
6	水	沖縄そば 三枚肉の煮つけ もずくのお好み焼き風	オレンジ	豚肉	玉葱 人参 もずく ねぎ	麺 小麦粉 サラダ油	327 kcal
7	木	ご飯 チキンシチュー ひじきサラダ すまし汁	ちんすこう	鶏肉 ツナ	玉葱 人参 しめじ ブロッコリー ひじき キャベツ 胡瓜	米 ジャガイモ グラニュー糖 サラダ油	373 kcal
8	金	ご飯 鶏肉のパン粉焼き 南瓜の煮物 みそ汁	バナナ	鶏肉 チーズ	南瓜 人参 パセリ にんにく	米 パン粉 グラニュー糖	301 kcal
9	土	ご飯 ミートボール照焼きソース マカロニサラダ みそ汁	せんべい	豚肉	玉葱 人参 きゅうり コーン	米 マカロニ グラニュー糖 サラダ油	342 kcal
11	月	ご飯 豚肉の中華炒め 豆腐のかにあんかけ みそ汁	オレンジ	豚肉 豆腐 かにかま	玉葱 筍 ピーマン パプリカ	米 片栗粉 サラダ油 ごま油 グラニュー糖	393 kcal
12	火	ご飯 鶏肉のオレンジ煮 麩ちゃんぶるー みそ汁	ビスケット	豚肉 麩	もやし ニラ 人参	米 サラダ油	345 kcal
13	水	ナポリタンスパゲッティ ジャーマンポテト コンソメ汁	プリン	ソーセージ ベーコン チーズ	アスパラガス 玉葱 ピーマン ワカメ 人参	麺 ジャガイモ サラダ油	530 kcal
14	木	ご飯 豚肉の青じそ炒め こんにゃくの炒め煮 みそ汁	バナナ	豚肉	玉葱 いんげん こんにゃく 人参 大葉	米 サラダ油 グラニュー糖	357 kcal
15	金	ご飯 豆腐チャンプルー ゴボウサラダ すまし汁	クラッカー	豆腐 豚肉	キャベツ 玉葱 人参 ゴボウ	米 マヨネーズ サラダ油	411 kcal
18	月	ご飯 鶏肉の黒酢照焼き チンゲン菜ソテー みそ汁	ぼたぼた焼き	鶏肉 コーンビーフ	チンゲン菜 人参 しめじ	米 サラダ油 グラニュー糖	401 kcal
19	火	ジャージャー麺 さつま芋のレモン煮 中華汁	オレンジ	豚肉 豆腐	玉葱 筍 椎茸 人参 ねぎ	麺 さつま芋 サラダ油 ごま油	344 kcal
20	水	ご飯 赤魚のみりん焼き 野菜炒め みそ汁	ビスケット	赤魚 ポーク	にら 人参 もやし	米 サラダ油 グラニュー糖	331 kcal
21	木	ご飯 鶏肉のトマト煮 豆腐と野菜の炒め物 みそ汁	バナナ	鶏肉 豆腐 大豆	玉葱 人参 ニラ ピーマン	米 ジャガイモ サラダ油 グラニュー糖	406 kcal
22	金	カレーライス 卵サラダ コンソメ汁	クラッカー	豚肉 卵	玉葱 人参 胡瓜 パセリ	米 ジャガイモ サラダ油 マヨネーズ	483 kcal
25	月	ご飯 鮭のマヨネーズ焼き ビーフソテー みそ汁	はちやぐみ棒	鮭	玉葱 人参 椎茸 ピーマン	米 ビーフン マヨネーズ 小麦粉 サラダ油 ごま油	363 kcal
26	火	ご飯 バーベキューチキン ポテトサラダ みそ汁	オレンジ	鶏肉	玉葱 人参 にんにく しょうが	米 ジャガイモ グラニュー糖 サラダ油	332 kcal
27	水	ご飯 豆腐と豚肉の味噌炒め パパイアサラダ すまし汁	ちんすこう	豚肉 豆腐	玉葱 にら しょうが 筍 パパイア 人参 椎茸 ねぎ	米 サラダ油 ごま油 片栗粉 グラニュー糖	388 kcal
28	木	けんちんうどん お好み焼き風	バナナ	豚肉 豆腐 チーズ	大根 人参 ゴボウ ねぎ 玉葱 コーン	麺 サラダ油 小麦粉	486 kcal
29	金	ご飯 鶏肉のクリーム煮 切昆布炒め煮 コンソメ汁	せんべい	鶏肉	玉葱 人参 しめじ ブロッコリー 昆布 いんげん 椎茸 キャベツ	米 ジャガイモ ごま油 サラダ油	348 kcal

* 仕入れ状況等により、メニューの一部が変更になる場合がございます。ご了承お願い致します。

2024年

11 月 離乳食（中期） 予定献立表

はーとらいふ保育園

月		火		水		木		金		土	
								1日		2日	
								昼	おかゆ 魚煮(白身魚・昆布だし) 里芋煮(里芋・人参・昆布だし) 汁(チンゲン菜・昆布だし)	昼	おかゆ 鶏と人参煮(鶏肉・人参・昆布だし) 大根煮(大根・昆布だし) 汁(玉葱・麩・昆布だし)
								おやつ	せんべい	おやつ	クラッカー
4日		5日		6日		7日		8日		9日	
振替休日		昼	おかゆ 豚肉煮(豚肉・昆布だし) とうがん煮(とうがん・昆布だし) 汁(人参・ほうれん草・昆布だし)	昼	おかゆ 豆腐煮(絹豆腐・昆布だし) 里芋煮(里芋・昆布だし) 汁(玉葱・人参・昆布だし)	昼	おかゆ 鶏肉と人参煮(鶏肉・人参・昆布だし) 大根煮(大根・昆布だし) 汁(玉葱・昆布だし)	昼	おかゆ 魚煮(白身魚・昆布だし) 里芋煮(里芋・人参・昆布だし) 汁(ほうれん草・昆布だし)	昼	おかゆ 鶏と人参煮(鶏肉・人参・昆布だし) じゃが煮(じゃが芋・昆布だし) 汁(キャベツ・昆布だし)
		おやつ	はちやぐみ棒	おやつ	オレンジ	おやつ	ちんすこう	おやつ	バナナ	おやつ	せんべい
11日		12日		13日		14日		15日		16日	
おかゆ 豆腐煮(絹豆腐・人参・昆布だし) とうがん煮(とうがん・昆布だし) 汁(チンゲン菜・昆布だし)	昼	おかゆ 魚煮(白身魚・昆布だし) 里芋煮(里芋・人参・昆布だし) 汁(ほうれん草・昆布だし)	昼	おかゆ 豚肉煮(豚肉・昆布だし) じゃが煮(じゃが芋・昆布だし) 汁(キャベツ・人参・昆布だし)	昼	おかゆ 魚煮(白身魚・昆布だし) 里芋煮(里芋・人参・昆布だし) 汁(キャベツ・昆布だし)	昼	おかゆ 鶏肉の煮物(鶏肉・人参・昆布だし) じゃが芋煮(じゃが芋・昆布だし) 汁(ほうれん草・昆布だし)	休み		
オレンジ	おやつ	ビスケット	おやつ	プリン	おやつ	バナナ	おやつ	クラッカー			
18日		19日		20日		21日		22日		23日	
昼	おかゆ 魚煮(白身魚・昆布だし) じゃが煮(じゃが芋・昆布だし) 汁(キャベツ・昆布だし)	昼	おかゆ 鶏と人参煮(鶏肉・人参・昆布だし) とうがん煮(とうがん・昆布だし) 汁(キャベツ・昆布だし)	昼	おかゆ 豚肉煮(豚肉・昆布だし) とうがん煮(とうがん・昆布だし) 汁(キャベツ・人参・昆布だし)	昼	おかゆ 魚煮(白身魚・昆布だし) じゃが芋煮(じゃが芋・人参・昆布だし) 汁(チンゲン菜・昆布だし)	昼	おかゆ 豆腐煮(絹豆腐・人参・昆布だし) さつま芋煮(さつま芋・昆布だし) 汁(チンゲン菜・昆布だし)	勤労感謝の日	
おやつ	ぼたぼた焼き	おやつ	オレンジ		ビスケット		バナナ	おやつ	クラッカー		
25日		26日		27日		28日		29日		30日	
昼	おかゆ 豚肉煮(豚肉・昆布だし) とうがん煮(とうがん・昆布だし) 汁(人参・ほうれん草・昆布だし)	昼	おかゆ 豆腐煮(絹豆腐・人参・昆布だし) さつま芋煮(さつま芋・昆布だし) 汁(チンゲン菜・昆布だし)	昼	おかゆ 魚煮(白身魚・昆布だし) とうがん煮(とうがん・昆布だし) 汁(キャベツ・昆布だし)	おかゆ 豚肉煮(豚肉・昆布だし) じゃが煮(じゃが芋・昆布だし) 汁(キャベツ・人参・昆布だし)		おかゆ 豆腐煮(絹豆腐・人参・昆布だし) さつま芋煮(さつま芋・昆布だし) 汁(チンゲン菜・昆布だし)		休み	
おやつ	はちやぐみ棒	おやつ	オレンジ	おやつ	ちんすこう	バナナ		おやつ	せんべい		

※食材等の都合により、献立を変更することがございます。