

2025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く			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	土	ご飯 豚肉のカレー炒め さつま芋の煮物 みそ汁	ぼたぼた焼き	豚肉	キャベツ ピーマン パプリカ 人参	米油 さつま芋 グラニュー糖 サラダ	450 kcal
4	火	ご飯 チキンシチュー ひじきサラダ すまし汁	オレンジ	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	米油 じゃが芋 グラニュー糖 サラダ	356 kcal
5	水	ご飯 白身魚のポトチーズ焼き 切昆布炒め煮 みそ汁	ちんすこう	スケソウダラ チーズ	昆布 人参 いんげん 椎茸	米 天ぷら粉 じゃが芋 ごま油	345 kcal
6	木	カレーライス コールスローサラダ コンソメ汁	せんべい	豚肉	玉葱 人参 キャベツ ワカメ	米 じゃが芋 マヨネーズ サラダ油	412 kcal
7	金	ご飯 鶏肉のパン粉焼き そうめんチャンプルー みそ汁	バナナ	鶏肉 チーズ ツナ	人参 パセリ にんにく 椎茸 ニラ	米 パン粉 グラニュー糖 サラダ油	316 kcal
8	土	ご飯 鶏肉のプルコギ風 南瓜の煮物 みそ汁	ビスケット	鶏肉	キャベツ 玉葱 人参 ピーマン もやし 南瓜	米 ごま油 グラニュー糖 サラダ油	371 kcal
10	月	ご飯 豚肉の中華炒め 豆腐のかにあんかけ みそ汁	クラッカー	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	425 kcal
11	火	ご飯 白身魚のチーズ焼き 麩チャンプルー みそ汁	オレンジ	ホキ チーズ 麩	もやし ニラ 人参 玉葱 パセリ	米 サラダ油	308 kcal
12	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	青りんごゼリー	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 じゃが芋 サラダ油	514 kcal
13	木	ご飯 豚肉の青じそ炒め こんにゃくの炒め煮 みそ汁	はちやぐみ棒	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	348 kcal
14	金	ご飯 豆腐チャンプルー ゴボウサラダ すまし汁	バナナ	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	392 kcal
15	土	ご飯 タンドリーチキン 大豆サラダ みそ汁	ぼたぼた焼き	鶏肉 大豆 ハム	人参 ねぎ 椎茸 サニーレタス	米 薄力粉 サラダ油 マヨネーズ	462 kcal
17	月	ご飯 鶏肉の黒酢照焼き チンゲン菜ソテー みそ汁	ちんすこう	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	308 kcal
18	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
19	水	ご飯 赤魚のみりん焼き 野菜炒め みそ汁	せんべい	赤魚 ポーク	にら 人参 もやし	米 サラダ油 グラニュー糖	313 kcal
20	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 じゃが芋 サラダ油 グラニュー糖	406 kcal
21	金	カレーライス 卵サラダ コンソメ汁	ビスケット	豚肉 卵	玉葱 人参 胡瓜 パセリ	米 じゃが芋 サラダ油 マヨネーズ	465 kcal
22	土	ご飯 ハンバーグ(照焼きソース) 麩チャンプルー みそ汁	クラッカー	豚肉 卵 麩	玉葱 ニラ もやし 人参 ねぎ	米 片栗粉 サラダ油	362 kcal
25	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	米油 じゃが芋 グラニュー糖 サラダ	332 kcal
26	水	ご飯 マスのマヨネーズ焼き ビーフンソテー みそ汁	はちやぐみ棒	マス	玉葱 人参 椎茸 ピーマン パセリ	米 薄力粉 サラダ油 ごま油 マヨネーズ	363 kcal
27	木	けんちんうどん お好み焼き風	バナナ	豆腐 豚肉 チーズ	大根 人参 ゴボウ ねぎ コーン 玉葱	麺 サラダ油 小麦粉	332 kcal
28	金	ご飯 チキンシチュー 切昆布炒め コンソメスープ	ぼたぼた焼き	鶏肉 豚肉	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 じゃが芋 ごま油 サラダ油	352 kcal
29	土	ご飯 油淋鶏(ユリチー) パパイヤサラダ すまし汁	ちんすこう	鶏肉	パパイヤ 人参 ワカメ ねぎ	米 片栗粉 サラダ油	471 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。

2025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			
										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	乳児用菓子
3日		4日		5日		6日		7日		8日	
文化の日		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	オレンジ	おやつ	乳児用菓子	おやつ	せんべい	おやつ	バナナ	おやつ	乳児用菓子
10日		11日		12日		13日		14日		15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)	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)
	おやつ	乳児用菓子	おやつ	オレンジ	おやつ	乳児用菓子	おやつ	乳児用菓子	おやつ	バナナ	おやつ
17日		18日		19日		20日		21日		22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 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 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)	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)
おやつ	乳児用菓子	おやつ	オレンジ	おやつ	せんべい	おやつ	バナナ	おやつ	乳児用菓子	おやつ	乳児用菓子
24日		25日		26日		27日		28日		29日	
振替休日		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)	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)
		おやつ	オレンジ	おやつ	乳児用菓子	おやつ	バナナ	おやつ	乳児用菓子	おやつ	乳児用菓子

※食材等の都合により、献立を変更することがございます。