



11月 献立表 幼児食



* 収穫・仕入れなどにより、食材が変更になる場合があります。

* 午前のおやつは0歳児クラスの内容です。1歳児クラスは牛乳のみを提供します。

2025 年

旭町保育園

日付	献立名		食材名(○午前おやつ、☆昼食、◎午後おやつ)		
	昼食	おやつ (○朝おやつ◎昼おやつ)	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	エネルギーになるもの
1 土	豚丼 野菜とビーフンのすまし汁 バナナ	○牛乳 ○おこめせんべい ◎牛乳 ◎きなこおかき	○牛乳 ☆豚肉、かつおだし ◎牛乳	☆にんじん、たまねぎ、ピーマン、もやし、にんにく、キャベツ、バナナ、生姜	○おこめせんべい ☆米、ごま油、てんさい糖、ビーフン ◎きなこおかき(乳・卵不使用)
4 火	ごはん マーボーなす 豆腐と水菜のサラダ しめじともやしのすまし汁	○牛乳 ○ソフトせんべい ◎お茶 ◎わかめおにぎり	○牛乳 ☆豚ひき肉、木綿豆腐、ツナ、赤みそ、かつおだし	☆なす、長ねぎ、たまねぎ、コーン、ピーマン、にんにく、にんじん、みずな、もやし、ぶなしめじ、キャベツ、生姜、わかめ ◎わかめ	○ソフトせんべい ☆米、かたくり粉、てんさい糖 ◎米
5 水	中華丼 春雨サラダ オレンジ	○牛乳 ○人参煮(輪切り) ◎牛乳 ◎ふわふわチップ	○牛乳 ☆豚肉、えび(1歳児クラス除く)、かまぼこ、かにかま ◎牛乳	○にんじん、昆布だし ☆はくさい、もやし、干しいたけ、長ねぎ、たけのこ、しょうが、きゅうり、キャベツ、オレンジ	☆米、かたくり粉、ごま油、はるさめ、てんさい糖 ◎ふわふわチップ(乳・卵不使用)
6 木	5分づきごはん しらすのふりかけ 牛肉のチャブチェ風 かぼちゃサラダ わかめスープ	○牛乳 ○バナナ ◎牛乳 ◎フルーツポンチ	○牛乳 ☆しらす、牛肉、ツナ、木綿豆腐、鶏がらだし ◎牛乳	○バナナ ☆あおのり、たまねぎ、にんじん、にら、しいたけ、にんにく、かぼちゃ、きゅうり、わかめ ◎バナナ、りんご、みかん缶、パイナップル缶	☆半づき米、いりごま、てんさい糖、ごま油、はるさめ、マヨドレ ◎カクテルゼリー、てんさい糖
7 金	ごはん 車麩の旨煮 ひじきのサラダ ほうれん草とたまねぎのみそ汁	○牛乳 ○オレンジ ◎牛乳 ◎さつま芋の蒸しパン	○牛乳 ☆鶏肉、ツナ、煮干しだし、米みそ ◎牛乳、豆乳	○オレンジ ☆はくさい、たまねぎ、にんじん、干しいたけ、干しひじき、赤ピーマン、コーン、きゅうり、ほうれん草、昆布だし	☆米、車ふ、てんさい糖、ごま油 ◎さつまいも、油、蒸しパンミックス(乳・卵不使用)
8 土	ごはん 肉じゃが風 マカロニサラダ キャベツと人参のみそ汁	○牛乳 ○おこめせんべい ◎牛乳 ◎こつぶじゃがあられ	○牛乳 ☆豚肉、さつま揚げ、煮干しだし、米みそ ◎牛乳	☆にんじん、たまねぎ、きゅうり、キャベツ、昆布だし	○おこめせんべい ☆米、油、てんさい糖、じゃがいも、マカロニ、マヨドレ ◎こつぶじゃがあられ(乳・卵不使用)
10 月	ごはん 鶏肉のマーマレード焼き ビーフンときのこの和え物 かぼちゃとうすあげのみそ汁	○牛乳 ○ソフトせんべい ◎牛乳 ◎ツナマヨサンド	○牛乳 ☆鶏肉、えび(1歳児クラス除く)、油揚げ、煮干しだし、米みそ ◎牛乳、ツナ	☆オレンジマーマレード、にんにく、にんじん、ぶなしめじ、しいたけ、ピーマン、かぼちゃ、昆布だし ◎たまねぎ、コーン、パセリ	○ソフトせんべい ☆米、ビーフン、ごま油、てんさい糖 ◎食パン(卵不使用)、マヨドレ
11 火	ごはん ポークチャップ わかめのサラダ 白菜とえのきのすまし汁	○牛乳 ○人参煮(スティック) ◎牛乳 ◎ふかし芋	○牛乳、かつおだし ☆豚肉、竹輪、かつおだし ◎牛乳	○にんじん、かつおだし ☆たまねぎ、ぶなしめじ、ピーマン、わかめ、寒天、コーン、にんじん、きゅうり、はくさい、えのき	☆米、油、てんさい糖、ごま油 ◎さつまいも
12 水	ごはん 干しえびのふりかけ 回鍋肉 ブロッコリーとコーンのサラダ もやしとニラのスープ	○牛乳 ○バナナ ◎牛乳 ◎焼きそば	○牛乳 ☆干しえび、豚肉、ツナ、鶏がらだし、赤みそ ◎牛乳、豚肉	○バナナ ☆あおのり、にんじん、キャベツ、ピーマン、しいたけ、にんにく、ブロッコリー、コーン、寒天、もやし、にら、しょうが ◎たまねぎ、もやし、にんじん、キャベツ	☆米、いりごま、油、てんさい糖、マヨドレ ◎中華めん(乳・卵不使用)、油
13 木	ごはん パプリカのミートローフ風 切干大根の中華サラダ カリフラワーのスープ	○牛乳 ○ソフトせんべい ◎牛乳 ◎かぼちゃポーロ	○牛乳 ☆牛ひき肉、豚ひき肉、おかから、竹輪、鶏がらだし ◎牛乳	☆黄パプリカ、赤パプリカ、たまねぎ、切干しだいこん、キャベツ、にんじん、コーン、カリフラワー	○ソフトせんべい ☆米、かたくり粉、ごま油、てんさい糖 ◎かぼちゃポーロ(乳・卵不使用)
14 金	ごはん 鮭のごま照り焼き 五目豆 じゃが芋と人参のみそ汁	○牛乳 ○オレンジ ◎牛乳 ◎みかんゼリー	○牛乳 ☆さけ、大豆、さつま揚げ、油揚げ、煮干しだし、米みそ ◎牛乳	○オレンジ ☆にんじん、干しいたけ、昆布だし ◎みかん缶、オレンジジュース	☆米、黒ごま、白ごま、てんさい糖、しらたき、さつまいも ◎ゼリーの素



11月 献立表 幼児食



* 収穫・仕入れなどにより、食材が変更になる場合があります。
* 午前のおやつは0歳児クラスの内容です。1歳児クラスは牛乳のみを提供します。

2025 年

旭町保育園

日付	献立名		食材名(○午前おやつ、☆昼食、◎午後おやつ)		
	昼食	おやつ (○朝おやつ◎昼おやつ)	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	エネルギーになるもの
15 土	ごはん 野菜炒め 切干大根の旨煮 さつま芋と玉ねぎのみそ汁	○牛乳 ○おこめせんべい ◎牛乳 ◎もものタルト	○牛乳 ☆豚肉、煮干しだし、米みそ、油揚げ ◎牛乳	☆にんじん、切干だいこん、干しいたけ、まねぎ、はくさい、キャベツ、ピーマン、昆布だし	○おこめせんべい ☆米、油、てんさい糖、さつまいも ◎もものタルト(乳・卵不使用)
17 月	ごはん チンジャオロースー もやしのナムル ワンタンスープ	○牛乳 ○ソフトせんべい ◎牛乳 ◎ココアのパウンドケーキ	○牛乳 ☆豚肉、竹輪、鶏がらだし ◎牛乳	☆たまねぎ、ピーマン、黄パプリカ、たけのこ、にんにく、干しいたけ、もやし、にんじん、きゅうり、チンゲンサイ	○ソフトせんべい ☆米、かたくり粉、ごま油、てんさい糖、ワンタン ◎ホットケーキミックス(卵不使用)、マヨドレ
18 火	お弁当の日 (0.1.2歳児クラスのみ給食) ごはん マーボー豆腐 キャベツのしそ和え わかめと麩のすまし汁	○牛乳 ○オレンジ ◎牛乳 ◎豆乳くずもち	○牛乳 (☆木綿豆腐、豚ひき肉、赤みそ、かつおだし、かまぼこ) ◎牛乳、豆乳、きな粉	○オレンジ (☆長ねぎ、しょうが、たまねぎ、コーン、にんにく、キャベツ、きゅうり、にんじん、わかめ、はくさい)	(☆米、ごま油、かたくり粉、てんさい糖、焼きふ) ◎てんさい糖、かたくり粉
19 水	ごはん 牛肉のしぐれ煮 小松菜のさっぱり和え 白菜と人参のスープ	○牛乳 ○ソフトせんべい ◎牛乳 ◎こつぶじゃがあられ	○牛乳 ☆牛肉、かまぼこ、かつおだし、鶏がらだし ◎牛乳	☆れんこん、まいたけ、たまねぎ、かいわれだいこん、こまつな、にんじん、きゅうり、たくあん、はくさい、しょうが	○ソフトせんべい ☆米、ごま油、てんさい糖 ◎こつぶじゃがあられ(乳・卵不使用)
20 木	ごはん ひじきのふりかけ かぼちゃと豆のコロッケ マリンサラダ 大根としいたけのすまし汁	○牛乳 ○バナナ ◎牛乳 ◎豚肉と野菜のフォー	○牛乳 ☆かつお節、えび(1歳児クラス除去)、竹輪、かつおだし ◎牛乳、豚肉、鶏がらだし	○バナナ ☆干しひじき、わかめ、寒天、コーン、にんじん、きゅうり、だいこん、万能ねぎ、しいたけ、昆布だし ◎にんじん、キャベツ、葉ねぎ	☆米、いりごま、てんさい糖、かぼちゃと豆のコロッケ(卵・乳不使用)、油 ◎ごま油、米粉めん
21 金	ごはん 源助だいこんのおでん風 マカロニ梅サラダ キャベツとえのきのみそ汁	○牛乳 ○人参煮(輪切り) ◎牛乳 ◎チキンライス	○牛乳、煮干しだし ☆豚肉、焼き豆腐、煮干しだし、米みそ ◎牛乳、鶏肉	○にんじん、昆布だし ☆だいこん、にんじん、キャベツ、きゅうり、梅干し、えのきたけ、万能ねぎ、昆布だし ◎たまねぎ、ピーマン、にんじん	☆米、さといも、てんさい糖、マカロニ ◎米、油
22 土	ごはん すき焼き煮 ひじきのマヨサラダ 玉ねぎとわかめのすまし汁	○牛乳 ○おこめせんべい ◎牛乳 ◎動物ビスケット	○牛乳 ☆豚肉、焼き豆腐、かつおだし ◎牛乳	☆にんじん、はくさい、長ねぎ、干しひじき、コーン、きゅうり、わかめ	○おこめせんべい ☆米、てんさい糖、焼きふ、マヨドレ ◎動物ビスケット(乳・卵不使用)
25 火	れんこんのキーマカレーライス ブロッコリーのおかか和え バナナ	○牛乳 ○ソフトせんべい ◎牛乳 ◎いちごジャムサンド	○牛乳 ☆豚ひき肉、竹輪、かつお節 ◎牛乳	☆にんじん、たまねぎ、にんにく、れんこん、ブロッコリー、コーン、バナナ ◎いちごジャム	○ソフトせんべい ☆米、じゃがいも、油、てんさい糖、カレールウ ◎食パン(卵不使用)
26 水	8分づきごはん 豚肉のしょうが焼き きゅうりともずくの酢の物 さつま芋と厚揚げのみそ汁	○牛乳 ○オレンジ ◎牛乳 ◎ほうれん草のクリームパスタ	○牛乳 ☆豚肉、竹輪、厚揚げ、煮干しだし、米みそ ◎牛乳、豆乳	○オレンジ ☆たまねぎ、もやし、しょうが、きゅうり、もずく、にんじん、昆布だし ◎ほうれんそう、たまねぎ	☆8分づき米、油、てんさい糖、さつまいも ◎スパゲッティ、油、ノンアレルギーシチュールウ
27 木	ごはん アジフライ タルタル添え (1歳児クラスはサーモンフライ) チョップドサラダ じゃが芋と小松菜のみそ汁	○牛乳 ○バナナ ◎牛乳 ◎うの花クッキー	○牛乳 ☆アジフライ:乳・卵不使用(サーモンフライ:乳・卵不使用)、豆乳、ひよこまめ、ツナ缶、煮干しだし、米みそ ◎牛乳	○バナナ ☆たまねぎ、ブロッコリー、赤ピーマン、きゅうり、コーン、にんじん、こまつな、昆布だし、パセリ	☆米、油、じゃがいも、マヨドレ ◎うの花クッキー(乳・卵不使用)
28 金	ごはん なすのミートソース煮 コールスローサラダ 大根としめじのみそ汁	○牛乳 ○人参煮(スティック) ◎牛乳 ◎麩のラスク	○牛乳、煮干しだし ☆豚ひき肉、煮干しだし、米みそ ◎牛乳、きな粉	○にんじん、昆布だし ☆なす、たまねぎ、干しいたけ、キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン、だいこん、ぶなしめじ、昆布だし、パセリ	☆米、マカロニ、油、てんさい糖、マヨドレ ◎焼きふ、バター、てんさい糖