

11月の献立



かしのみ保育園 令和7年11月

日付	曜日	朝おやつ	献立名	材料	おやつ
1	土	お茶 菓子	わかめうどん 和風サラダ 果物（バナナ）	うどん、鶏肉、かまぼこ、わかめ、人参、玉ねぎ、だし汁 キャベツ、きゅうり、人参、ツナ、レモン、三温糖、しょうゆ、食塩、ごま油 バナナ	お茶 菓子
4	火	牛乳 菓子	ごはん レバーの胡麻ソースからめ キャベツときゅうりのゆかりあえ かぶのみそ汁	米 鶏レバー、生姜、片栗粉、じゃがいも、揚げ油、三温糖、しょうゆ、 ケチャップ、ソース、白ごま キャベツ、きゅうり、人参、ゆかり、食塩 かぶ、かぶの葉、玉ねぎ、人参、しめじ、みそ、だし汁	スキムミルク キャロットケーキ 小麦粉、ベーキングパウダー、 人参、三温糖、バター、 卵、牛乳
5	水	牛乳 果物	ごはん さばの味噌煮 青菜ときのこのごまあえ にらたま汁	米 さば、みそ、しょうゆ、三温糖、みりん、生姜 小松菜、人参、しめじ、エリンギ、三温糖、しょうゆ、とうもろこし、 しょうゆ、白ごま 卵、玉ねぎ、人参、にら、しょうゆ、食塩、だし汁	牛乳 じゃがいものボンデケーキ じゃがいも、片栗粉、小麦粉、 チーズ、牛乳、油
6	木	牛乳 菓子	ちゃんぽんラーメン じゃがいものごまがらめ フルーツポンチ	焼きそば麺、豚肉、かまぼこ、キャベツ、玉ねぎ、人参、チンゲン菜、 とうもろこし、もやし、ごま油、中華だし、しょうゆ、牛乳 じゃがいも、しょうゆ、三温糖、酢、白ごま、揚げ油 粉寒天、砂糖、牛乳、バナナ、みかん缶、パイナップル缶	牛乳 わかめおにぎり 米、炊き込みわかめ
7	金	牛乳 菓子	マーボー丼 ささみときゅうりの中華サラダ ワンタンスープ	米、豚ひき肉、厚揚げ、人参、大根、玉ねぎ、干しいたけ、にら、生姜、 ごま油、みそ、三温糖、しょうゆ、片栗粉 ささ身、きゅうり、人参、もやし、しょうゆ、中華だし、ごま油 ワンタンの皮、ベーコン、玉ねぎ、人参、ねぎ、中華だし、食塩	スキムミルク 菓子、チーズ
8	土	お茶 菓子	カレーピラフ 野菜サラダ コンソメスープ	米、鶏肉、人参、玉ねぎ、しめじ、枝豆、コンソメ、カレー粉、しょうゆ、バター、塩 ハム、キャベツ、きゅうり、人参、油、三温糖、りんご酢、塩 玉ねぎ、じゃがいも、人参、コンソメ、水	お茶 菓子
10	月	牛乳 菓子	ごはん さわらのカレーしょうゆ焼き キャベツのごま酢あえ みそけんちん汁	米 さわら、みりん、しょうゆ、カレー粉 キャベツ、小松菜、人参、わかめ、白ごま、三温糖、酢、しょうゆ、食塩 豆腐、人参、大根、しめじ、ねぎ、油、みそ、だし汁	牛乳 黒糖クッキー 小麦粉、黒砂糖、豆乳、バター
11	火	牛乳 菓子	パン(3上) /ごはん(3末) ポークビーンズ 豆苗とちくわのマヨネーズあえ りんごヨーグルト	コッペパン、米 豚肉、ウィンナー、大豆、じゃがいも、玉ねぎ、人参、エリンギ、枝豆、油、 ケチャップ、ソース、三温糖、コンソメ ちくわ、キャベツ、人参、きゅうり、豆苗、ノンエッグマヨネーズ ヨーグルト、砂糖、りんご、三温糖	スキムミルク かぼちゃパイ ぎょうざの皮、かぼちゃ、 三温糖、バター、揚げ油
12	水	牛乳 果物	ごはん にら豚炒め ばんさんすう 中華スープ	米 豚肉、生姜、片栗粉、しょうゆ、にら、玉ねぎ、もやし、人参、油、 オイスターソース、しょうゆ、三温糖 春雨、ハム、きゅうり、人参、とうもろこし、すし酢、食塩、白ごま、しょうゆ 玉ねぎ、人参、えのきたけ、わかめ、中華だし、食塩	牛乳 ほうれん草のパンケーキ 小麦粉、ホットケーキ粉、 豆乳、ほうれん草、三温糖、 ベーキングパウダー
13	木	牛乳 菓子	ごはん うま煮 みかンドレッシングサラダ 揚げ大豆	米 豚肉、さつま揚げ、ちくわ、じゃがいも、大根、人参、糸こんにゃく、 ごぼう、枝豆、三温糖、しょうゆ、だし汁 キャベツ、豆苗、人参、油、りんご酢、三温糖、食塩、みかんジュース、みかん缶 大豆、片栗粉、揚げ油、しょうゆ、砂糖、酢	スキムミルク 焼きそば 焼きそば麺、豚肉、キャベツ、 人参、ごま油、お好み焼きソース
14	金	牛乳 菓子	ごはん メンチカツ 人参ごまサラダ 白菜のみそ汁	米 豚ひき肉、キャベツ、玉ねぎ、パン粉、小麦粉、卵、パン粉、揚げ油、 ケチャップ、ソース、食塩、コンソメ 人参、きゅうり、ツナ、白ごま、ノンエッグマヨネーズ、食塩、りんご酢、三温糖 白菜、油揚げ、玉ねぎ、人参、豆苗、みそ、だし汁	牛乳 カルピスゼリー カルピス、粉寒天、みかん缶

19日(水) について

3上さんは、園庭で青空鍋を予定しています。保護者の方も一緒に食べませんか？

お子さんと相談して鍋に入れてみたい食材がある方は、17日（月）又は18日（火）にご持参ください。

例：野菜やきのこ類 （※生ものはお控えください。）



日付	曜日	朝おやつ	献立名	材料	おやつ
15	土	お茶菓子	中華丼 チンゲン菜のスープ 果物（オレンジ）	米、豚肉、キャベツ、玉ねぎ、人参、きくらげ、ごま油、中華だし、食塩、しょうゆ、三温糖、オイスターソース、片栗粉 豆腐、玉ねぎ、人参、チンゲン菜、中華だし、食塩 オレンジ	お茶 菓子
17	月	牛乳菓子	ごはん さけのもみじ焼き ごぼうのきんぴら お麴のみそ汁	米 さけ、食塩、人参、玉ねぎ、ノンエッグマヨネーズ ごぼう、人参、糸こんにゃく、いんげん、白ごま、油、三温糖、しょうゆ 麴、玉ねぎ、人参、えのきたけ、ねぎ、みそ、だし汁	ミロ 菓子、チーズ
18	火	牛乳果物	ごはん ミートボール フレンチサラダ コンソメスープ	米 牛ひき肉、豚ひき肉、卵、片栗粉、食塩、玉ねぎ、ケチャップ、三温糖、しょうゆ キャベツ、とうもろこし、きゅうり、人参、りんご酢、三温糖、油、食塩 鶏肉、玉ねぎ、人参、しめじ、コンソメ、食塩、パセリ粉	スキムミルク スイートポテト さつまいも、三温糖、バター、牛乳、ごま
19	水	牛乳菓子	新米おにぎり 青空鍋 から揚げ	米、食塩 豚肉、さつまいも、白菜、玉ねぎ、大根、人参、しめじ、えのきたけ、ねぎ、ごぼう、みそ、だし汁 鶏肉、生姜、しょうゆ、みりん、片栗粉、揚げ油	牛乳 ジャムサンド 食パン、いちごジャム
20	木	牛乳菓子	ハヤシライス さつまいもサラダ フルーチェ	米、豚肉、玉ねぎ、人参、しめじ、油、ハヤシルウ、グリーンピース さつまいも、ハム、人参、枝豆、とうもろこし、ノンエッグマヨネーズ、食塩 フルーチェ、牛乳	スキムミルク きなこクッキー 小麦粉、バター、三温糖、豆乳、きな粉
21	金	牛乳菓子	ごはん 酢鶏 ほうれん草とたまごのスープ 果物（バナナ）	米 鶏肉、生姜、しょうゆ、片栗粉、揚げ油、キャベツ、玉ねぎ、人参、たけのこ、しいたけ、ピーマン、油、三温糖、みりん、食塩、しょうゆ、ケチャップ、酢、片栗粉 卵、ほうれん草、玉ねぎ、人参、中華だし、食塩 バナナ	スキムミルク レーズン蒸しパン 小麦粉、豆乳、三温糖、油、レーズン、ベーキングパウダー
22	土	お茶菓子	味噌ラーメン 小松菜のしらすあえ りんごゼリー	中華めん、中華だし、しょうゆ、みそ、豚肉、かまぼこ、キャベツ、人参、玉ねぎ、もやし、コーン、きくらげ、ねぎ 小松菜、白菜、人参、ちりめん、すし酢、食塩 粉寒天、三温糖、りんごジュース	お茶 菓子
25	火	牛乳果物	ごはん 魚のフライ タルタルソース スパゲティソテー レタススープ	米 ホキ、小麦粉、卵、パン粉、揚げ油、玉ねぎ、ノンエッグマヨネーズ、卵 ベーコン、スパゲティ、玉ねぎ、人参、ケチャップ レタス、ベーコン、玉ねぎ、人参、コンソメ、食塩	スキムミルク バターケーキ 小麦粉、牛乳、バター、ベーキングパウダー、三温糖
26	水	牛乳菓子	ごはん 鶏肉の照り焼き ほうれん草の白あえ 根菜のみそ汁	米 鶏肉、しょうゆ、みりん、三温糖、油 ほうれん草、人参、豆腐、ちくわ、ひじき、みそ、だし汁、三温糖、白ごま れんこん、ごぼう、人参、しめじ、油揚げ、ねぎ、みそ、だし汁	牛乳 チーズパインサンド パン、チーズ、パイン缶
27	木	牛乳菓子	ごはん 豚肉と厚揚げの中華炒め 粉ふきいも わかめスープ	米 豚肉、厚揚げ、玉ねぎ、チンゲン菜、人参、きくらげ、ごま油、しょうゆ、オイスターソース、三温糖、食塩、片栗粉 じゃがいも、食塩、青のり 玉ねぎ、えのきたけ、人参、わかめ、中華だし、食塩	スキムミルク 磯辺もち 豆腐、白玉粉、三温糖、油、しょうゆ、三温糖、のり
28	金	牛乳菓子	クリームスパゲティー オニオンスープ 果物（みかん）	スパゲティ、鶏肉、玉ねぎ、しめじ、エリンギ、人参、ほうれん草、とうもろこし、油、コンソメ、クリームシチュールウ、牛乳 ベーコン、玉ねぎ、コンソメ、食塩、パセリ みかん	牛乳 ひじきおにぎり 米、鶏ひき肉、ひじき、油揚げ、人参、油、しょうゆ、みりん、三温糖
29	土	お茶菓子	そばめし もやしのあえもの きのこスープ	焼きそばめん、米、豚肉、ちくわ、人参、キャベツ、玉ねぎ、油、お好み焼きソース もやし、人参、きゅうり、ゆかり、塩 豆腐、玉ねぎ、しめじ、えのきたけ、人参、中華だし	お茶 菓子

※行事・材料などの都合により内容が変更になることがあります。