

令和元年度11月の献立表

認定こども園たちばな

※印はりす組、ひよこ組は献立カードをご覧ください。

日付	曜日	未満児 10時おやつ	昼 食			3時おやつ	
			主食	副食 献立	材料名	献立	材料名
1	金	せんべい・麦茶	ごはん	鶏の味噌焼き・ブロッコリーの炒め物・中華きゅうり・わかめスープ	米・鶏肉・ブロッコリー・コーン・ベーコン・カレー粉・きゅうり・わかめ・長ねぎ	バウムクーヘン・牛乳	バウムクーヘン・牛乳 ※米粉のパン
2	土	10時:ビスケット、麦茶	お昼:ラーメン、ほうれんそうの磯あえ、グレープジュース 3時:りんごゼリー、せんべい、麦茶				
5	火	ゆでじゃが・麦茶	ごはん	ハンバーグ・パスタサラダ・煮卵・味噌汁	米・ハンバーグ・ケチャップ・パスタ・きゅうり・人参・ハム・マヨネーズ・スキムミルク・うずらの卵・玉ねぎ・ニラ	ラスク・牛乳	バケット・バター・グラニュー糖・牛乳 ※未満児→食パンのラスク
6	水	りんご・牛乳	ロールパン	ナポリタン・ブロッコリーのおかかあえ・バナナ・白菜のシチュー	ロールパン・パスタ・ベーコン・玉ねぎ・人参・パプリカ・ケチャップ・ブロッコリー・おかか・バナナ・じゃがいも・玉ねぎ・コーン・白菜・ベーコン・牛乳・シチューミックス	さつまいもおにぎり・麦茶	米・さつまいも・ごま塩・麦茶
7	木	コーンフレーク・牛乳	カレーライス	コールスローサラダ 福神漬け オレンジジュース	米・豚肉・じゃがいも・玉ねぎ・人参・カレールウ・キャベツ・きゅうり・コーン・りんご・ハム・マヨネーズ・スキムミルク・福神漬け・オレンジジュース	きなこクッキー・麦茶	ホットケーキミックス・バター・砂糖・牛乳・きなこ・牛乳
8	金	スティックきゅうり・麦茶	ごはん	鮭の甘味噌焼き・上州きんぴら・みかん・すまし汁	米・鮭の甘味噌漬け・ごぼう・人参・鶏肉・椎茸・しらたき・パプリカ・いりごま・みかん・小松菜・はんぺん	桃まんじゅう・牛乳	桃まんじゅう・牛乳 ※スティックパン
9	土	10時:せんべい、麦茶	お昼:焼きそば、いんげんのごまあえ、りんごジュース 3時:バナナ、クラッカー、麦茶				
11	月	ビスケット・牛乳	ごはん	豚肉のマーメレード焼き・かぶときゅうりの昆布あえ・ミニトマト・もやしのスープ	米・豚肉・マーメレードジャム・かぶ・きゅうり・人参・塩昆布・ミニトマト・もやし・ニラ	たこ焼き・麦茶	たこ焼き・マヨネーズ・ソース・青のり・麦茶 ※ベイクドポテト
12	火	チーズ・麦茶	中華丼	野菜のごまあえ味噌汁	米・豚肉・エビ・白菜・たけのこ・人参・なると・きくらげ・うずらの卵・もやし・いんげん・人参・すりごま・大根・油揚げ	ケーキ・牛乳	ケーキ・牛乳 ※りんごゼリー・野菜ハイハイせん・麦茶
誕生会							
13	水	バナナ・麦茶	ごはん	ホキの幽庵焼き・切干大根煮・スティックきゅうり・味噌汁	米・ホキの幽庵漬け・切干大根・人参・さつま揚げ・いんげん・油揚げ・きゅうり・浅漬けのもと・小松菜・里芋	メロンパン・牛乳	メロンパン・牛乳 ※ロールパン
14	木	ふかしいも・麦茶	赤飯	エビフライ・パンサンスー・みかん・花ふのすまし汁	米・もち米・ささげ・エビフライ・油・ソース・春雨・きゅうり・人参・ハム・みかん・ほうれんそう・花ふ	フルーツヨーグルト・塩せんべい	りんご・バナナ・みかん缶・パイナップル・ヨーグルト・せんべい ※せんべい→Caせんべい
15	金	卵ボーロ・牛乳	クロワッサン	タンドリーチキン・かみかみサラダ・ミニトマト・コンソメスープ	クロワッサン・鶏肉・ヨーグルト・にんにく・カレー粉・大根・きゅうり・人参・するめいか・いりごま・ミニトマト・キャベツ・玉ねぎ	栗ごはんのおにぎり・麦茶	米・栗・醤油・酒・塩・麦茶
16	土	10時:ビスケット、麦茶	お昼: スパゲッティーミートソース、ブロッコリーのおかかあえ、野菜ジュース 3時:バナナ、せんべい、麦茶				
18	月	ふかしいも・麦茶	ごはん	春巻き・大根サラダ・トマト・ほうれんそうスープ	米・春巻き・油・大根・きゅうり・人参・コーン・ツナ・マヨネーズ・スキムミルク・トマト・ほうれんそう・ベーコン	ホットドック・牛乳	ロールパン・ウインナー・ケチャップ・牛乳
19	火	グレープゼリー・麦茶	うどん	若鶏のしょうゆ香りあげ・りんごジュース	うどん・豚肉・ほうれんそう・人参・長ねぎ・椎茸・油揚げ・若鶏のしょうゆ香り揚げ・りんごジュース	バナナケーキ・牛乳	ホットケーキミックス・牛乳・バナナ・卵・バター・牛乳
20	水	スティックきゅうり・麦茶	ごはん	タラのカレー風味焼き・切り昆布煮・りんご・豚汁	米・タラのカレー風味・きざみ昆布・人参・さつま揚げ・椎茸・りんご・豚肉・大根・ごぼう・長ねぎ・じゃがいも・油揚げ	みたらし団子・牛乳	団子粉・砂糖・醤油・牛乳
21	木	りんご・牛乳	食パン(ブルーベリー)	ウインナー・ポークビーンズ・チーズ・白菜のスープ	食パン・ブルーベリージャム・ウインナー・じゃがいも・玉ねぎ・人参・大豆・豚肉・ケチャップ・カットトマト缶・バター・パセリ・チーズ・白菜・ベーコン	いなり寿司・麦茶	米・味付け油揚げ・麦茶
22	金	チーズ・麦茶	二色丼	和風サラダ・味噌汁	米・鶏肉・鮭フレーク・きざみのり・キャベツ・もやし・きゅうり・人参・ちくわ・わかめ・豆腐・なめこ	豆蒸しパン・牛乳	蒸しパンミックス・牛乳・甘納豆・牛乳
25	月	みかん・麦茶	ごはん	鶏の照り焼き・キャベツの昆布あえ・納豆・すまし汁	米・鶏肉・にんにく・生姜・キャベツ・きゅうり・人参・塩昆布・納豆・ニラ・しらす・ほうれんそう・おふ	マカロニきなこ・牛乳	マカロニ・きなこ・砂糖・牛乳
26	火	ヨーグルト・麦茶	ハヤシライス	中華ナムル グレープジュース	米・牛肉・玉ねぎ・マッシュルーム・ハヤシルウ・もやし・ほうれんそう・きゅうり・人参・焼豚・グレープジュース	付け合わせパン・牛乳	食パン・チョコ・牛乳 ※チョコなし
27	水	クラッカー・麦茶	ごはん	サバの味噌煮・春雨サラダ・みかん・けんちん汁	米・サバの味噌煮・春雨・きゅうり・人参・ハム・みかん・豆腐・鶏肉・里芋・ごぼう・油揚げ・大根	フルーチェ・サラダせんべい	フルーチェ(ピーチ)・牛乳・サラダせんべい ※せんべい→ひじきせん
28	木	バナナ・牛乳	ロールパン	ハムカツ・チーズサラダ・ミニトマト・コンソメスープ	ロールパン・ハムカツ・油・ソース・キャベツ・きゅうり・人参・チーズ・ハム・マヨネーズ・スキムミルク・ミニトマト・コーン・玉ねぎ・クリームコーン缶・牛乳・シチューミックス	焼きそば・麦茶	中華めん・豚肉・キャベツ・もやし・人参・麦茶
29	金	せんべい・麦茶	ごはん	豚肉の生姜焼き・和風パスタサラダ・りんご・のっぺい汁	米・豚肉・生姜・パスタ・きゅうり・人参・ハム・りんご・鶏肉・里芋・大根・人参・ごぼう・小ねぎ	焼いも・麦茶	さつまいも・麦茶
30	土	10時:ビスケット、麦茶	お昼:うどん、中華きゅうり、オレンジジュース 3時:グレープゼリー、せんべい、麦茶				

\* 材料の都合により、献立を変更する場合があります。



11月平均栄養価

3歳未満児

エネルギー 551kcal たんぱく質 18.1g 脂質 18.0g  
カルシウム 208mg 食塩 2.0g

3歳以上児

エネルギー 587kcal たんぱく質 19.1g 脂質 19.3g  
カルシウム 217mg 食塩 2.1g