

令和5年度11月の献立表

認定こども園たちばな

【きざみ】

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	
1	水	ベビーダノン・麦茶	ごはん	サバの味噌煮・かみかみあえ・バナナ・春雨スープ	米・サバの味噌煮・大根・人参・いりごま・バナナ・春雨・コーン・小松菜	ロールパン(ウインナー添え)・牛乳
2	木	マンナビスケット・麦茶	ごはん	鶏のからあげ・ツナのあえもの・チーズ・味噌汁	米・鶏肉・にんにく・生姜・油・キャベツ・もやし・人参・ツナ・チーズ・豆腐・わかめ	りんごの蒸しパン・牛乳
6	月	卵ボーロ・麦茶	ごはん	豚肉の味噌焼き・かぶの昆布あえ・トマト・のっぺい汁	米・豚肉・かぶ・人参・塩昆布・トマト・鶏肉・里芋・大根・ごぼう・小ねぎ・人参	食パンのきなこラスク・牛乳
7	火	チーズ・麦茶	赤飯	エビフライ・春雨サラダ・みかん・花ふのすまし汁	米・もち米・エビフライ・油・春雨・人参・ハム・みかん・花ふ・ほうれんそう	さつまいもケーキ・牛乳
七五三						
8	水	りんご・麦茶	食パン	鶏肉のパン粉焼き・大根サラダ・チーズ・きのこのスープ	食パン・鶏肉・にんにく・パン粉・パセリ・大根・人参・コーン・ツナ・マヨネーズ・スキムミルク・チーズ・椎茸・エリンギ・えのき・ハム	さくらごはん・麦茶
9	木	マンナビスケット・麦茶	ごはん	鮭の西京焼き・厚揚げの煮物・トマト・すまし汁	米・鮭の西京漬け・厚揚げ・玉ねぎ・人参・なると・トマト・豆腐・水菜	ベビーダノン・野菜ハイハイせんべい・麦茶
10	金	ふかしいも・麦茶	きのこカレー	🍴 チーズサラダ	米・豚肉・じゃがいも・玉ねぎ・人参・エリンギ・しめじ・赤ちゃん用カレールウ・キャベツ・コーン・チーズ・マヨネーズ・スキムミルク	おでん・麦茶
11	土	10時:ハイハイせんべい、麦茶	お昼:焼きそば、ほうれんそうの磯あえ 3時:ゼリー、ハイハイせんべい、麦茶			
13	月	あんぱんまんビスケット・麦茶	ごはん	鶏の照り焼き・ひじき煮・味噌汁	米・鶏肉・ひじき・豚肉・人参・油揚げ・ちくわ・椎茸・豆腐・なめこ	フルーツゼリー・小魚せんべい・麦茶
14	火	卵ボーロ・麦茶	ロールパン	🍴 ウインナーポークビーンズ・バナナコンソメスープ	ロールパン・ウインナー・じゃがいも・玉ねぎ・人参・水煮大豆・豚肉・ケチャップ・カットトマト缶・パセリ・バナナ・キャベツ・玉ねぎ	エビピラフ・麦茶
15	水	ベビーダノン・麦茶	ごはん	ハンバーグ・ほうれんそうとコーンのソテー・オレンジ・白菜のスープ	米・豚肉・鶏肉・玉ねぎ・人参・パン粉・卵・ほうれんそう・コーン・ハム・バター・オレンジ・白菜・人参	ロールパン・牛乳
16	木	ハイハイせんべい・麦茶	牛丼	🍴 和風サラダ・バナナ味噌汁	米・牛肉・玉ねぎ・しらたき・キャベツ・もやし・かまぼこ・わかめ・バナナ・大根・油揚げ	手作りケーキ・牛乳
誕生日会						
17	金	オレンジゼリー・麦茶	ごはん	🍴 ホキの幽庵焼き親子煮・りんご豆腐のスープ	米・ホキの幽庵漬け・鶏肉・玉ねぎ・人参・じゃがいも・いんげん・なると・卵・りんご・豆腐・玉ねぎ・小松菜	食パン・牛乳
18	土	10時:ハイハイせんべい、麦茶	お昼:ラーメン、ブロッコリーのおかかあえ 3時:りんごゼリー、ハイハイせんべい、麦茶			
20	月	ハイハイせんべい・麦茶	ごはん	豚肉の生姜焼き・キャベツの昆布あえ・バナナ・もやしのスープ	米・豚肉・生姜・キャベツ・人参・塩昆布・バナナ・もやし・ニラ	じゃがいものおやき・牛乳
21	火	りんご・麦茶	ロールパン	タンドリーチキン・ごぼうサラダ・トマト・白菜のシチュー	ロールパン・鶏肉・ヨーグルト・カレー粉・にんにく・ごぼう・人参・コーン・ハム・いりごま・マヨネーズ・スキムミルク・トマト・じゃがいも・玉ねぎ・人参・白菜・牛乳・シチューミックス	わかめごはん・麦茶
22	水	グレープゼリー・麦茶	ごはん	ホッケの塩だれ焼き・切干大根煮・味噌汁	米・ホッケの塩だれ・切干大根・人参・いんげん・さつま揚げ・油揚げ・里芋・小松菜	蒸しパン・牛乳
24	金	マンナビスケット・麦茶	ごはん	🍴 マーボー豆腐野菜のごまあえみかん・かき玉汁	米・豚肉・豆腐・エビ・長ねぎ・ニラ・にんにく・生姜・もやし・人参・いんげん・すりごま・みかん・卵・玉ねぎ・水菜・なると	やきいも・麦茶
25	土	10時:ハイハイせんべい、麦茶	お昼:ミートソーススパゲッティ、キャベツの昆布あえ 3時:バナナ、ハイハイせんべい、麦茶			
27	月	卵ボーロ・麦茶	ごはん	鶏肉のマーマレード焼き・中華サラダ・トマト・けんちん汁	米・鶏肉・マーマレードジャム・春雨・人参・ささみ・トマト・豆腐・鶏肉・里芋・油揚げ・ごぼう・大根・人参	手作りクッキー・牛乳
28	火	バナナ・麦茶	食パン	ハムカツ・米粉のマカロニサラダ・チーズ・ミネストローネ	食パン・ハムカツ・油・米粉のマカロニ・人参・ハム・マヨネーズ・スキムミルク・チーズ・キャベツ・玉ねぎ・じゃがいも・セロリ・カットトマト缶	焼きそば・麦茶
29	水	あんぱんまんビスケット・麦茶	ごはん	鮭の塩焼き・肉じゃが煮・すまし汁	米・鮭・豚肉・じゃがいも・玉ねぎ・人参・いんげん・しらたき・ほうれんそう・はんぺん	ベビーダノン・ハイハイせんべい・麦茶
30	木	チーズ・麦茶	カレーライス	🍴 中華ナムルみかん	米・豚肉・玉ねぎ・マッシュルーム・赤ちゃん用カレールウ・もやし・ほうれんそう・人参・ハム・みかん	バナナケーキ・牛乳

\* 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 568kcal たんぱく質 18.4g 脂質 18.2g  
カルシウム 209mg 食塩 2.0g