

11月 献立表

ミルキーホーム五香園

日 曜 日	献立名	材料名(昼食・3時おやつ)			10時おやつ 3時おやつ
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
01 (土)	煮込みうどん 鶏肉の塩焼き デザート	うどん	牛乳、鶏肉	バナナ、ねぎ、にんじん、だい こん	牛乳・麦茶 牛乳・麦茶 せんべい
04 (火)	カレーライス ハムサラダ りんご	米、じゃがいも、小麦粉、油、マヨネー ズ、砂糖	牛乳、豆腐、豚肉、大豆、しらす 干し、かつお節	キャベツ、たまねぎ、りんご、に んじん、あおのり	牛乳・麦茶 牛乳・麦茶 お好み揚げボール
05 (水)	ご飯 さけの塩焼き 肉じゃが すまし汁／みかん缶	米、じゃがいも、油、砂糖	牛乳、さけ、豚肉、グリーン ピース	みかん、たまねぎ、だいこん、 にんじん	牛乳・麦茶 牛乳・麦茶 わかめおにぎり
06 (木)	ロールパン タンドリーチキン ほうれん草とコーンのソテー 豆乳スープ／バナナ	ロールパン、小麦粉、油、砂糖	牛乳、豆乳、鶏肉、ヨーグルト	バナナ、ほうれんそう、キャベ ツ、コーン、たまねぎ、しめじ、 ねぎ、にんじん、レモン、にんに く	牛乳・麦茶 牛乳・麦茶 ヨーグルトスコーン
07 (金)	ご飯 豚肉のすき焼き風煮物 小松菜とツナのごま和え みそ汁／オレンジ	米、小麦粉、黒砂糖、砂糖	牛乳、豚肉、豆腐、みそ、ツナ 缶	オレンジ、はくさい、たまねぎ、 こまつな、キャベツ、ねぎ、にん じん、しらたき、えのきたけ、ご ま	牛乳・麦茶 牛乳・麦茶 黒糖蒸しパン
08 (土)	チャーハン スープ デザート	米、油	牛乳、豚ひき肉	バナナ、にんじん、たまねぎ、 キャベツ	牛乳・麦茶 牛乳・麦茶 せんべい
10 (月)	ご飯 鶏肉のごまみそ焼き ほうれん草とツナの酢和え すまし汁／オレンジ	米、小麦粉、じゃがいも、バター、砂 糖、ごま油	牛乳、鶏肉、ツナ缶、みそ	オレンジ、ほうれんそう、だい こん、キャベツ、にんじん、ごま	牛乳・麦茶 牛乳・麦茶 ショートブレッド
11 (火)	ナポリタン きゅうりとささみのごまサラダ きのこのスープ ヨーグルト	フライドポテト、スパゲティ、油、砂糖	牛乳、ヨーグルト、ベーコン、さ さ身	きゅうり、たまねぎ、えのきた け、ピーマン、にんじん、しめ じ、コーン、さやえんどう、ごま	牛乳 牛乳 フライドポテト
12 (水)	ご飯 カレイの煮つけ 切干大根の煮物 みそ汁／りんご	米、さといも、砂糖、油	牛乳、かだい、豆腐、みそ、油 揚げ	りんご、えのきたけ、切り干し だいこん、さやえんどう、わか め、あおのり、しょうが	牛乳・麦茶 牛乳・麦茶 あおのりおにぎり
13 (木)	ロールパン 鶏肉のケチャップ煮 ブロッコリーとちくわのサラダ 野菜スープ／ゼリー	ロールパン、ビーフン、油、小麦粉、 砂糖、ごま油	牛乳、鶏肉、ちくわ	たまねぎ、ブロッコリー、にん じん、キャベツ、ピーマン、しい たけ、レモン	牛乳・麦茶 牛乳・麦茶 ビーフン
14 (金)	マーボー丼 ほうれん草のナムル バナナ みそ汁	さつまいも、米、砂糖、油、片栗粉、ご ま油	牛乳、豆腐、豚ひき肉、みそ、 油揚げ	バナナ、ほうれんそう、だいこ ん、もやし、ねぎ、ごま、ごま、 わかめ、しょうが	牛乳・麦茶 牛乳・麦茶 大学芋
15 (土)	焼きうどん みそ汁 デザート	うどん、じゃがいも、油	牛乳、豚肉、みそ、かつお節	バナナ、にんじん、たまねぎ、 ねぎ、わかめ	牛乳・麦茶 牛乳・麦茶 せんべい
17 (月)	ご飯 焼肉炒め ひじきの和え物 みそ汁／オレンジ	米、砂糖、油	牛乳、豚肉、豆腐、みそ	オレンジ、もやし、たまねぎ、に んじん、えのきたけ、チンゲン サイ、ピーマン、ごま、ひじき、 ごま、にんにく、しょうが	牛乳・麦茶 牛乳・麦茶 ごまおにぎり
18 (火)	カレーライス ハムサラダ りんご	米、じゃがいも、小麦粉、油、マヨネー ズ、砂糖	牛乳、豆腐、豚肉、大豆、しらす 干し、かつお節	キャベツ、たまねぎ、りんご、に んじん、あおのり	牛乳・麦茶 牛乳・麦茶 お好み揚げボール
19 (水)	ご飯 さけの塩焼き 肉じゃが すまし汁／みかん缶	米、じゃがいも、油、砂糖	牛乳、さけ、豚肉、グリーン ピース	みかん、たまねぎ、だいこん、 にんじん	牛乳・麦茶 牛乳・麦茶 わかめおにぎり
20 (木)	ロールパン タンドリーチキン ほうれん草とコーンのソテー 豆乳スープ	バナナ ロールパン、小麦粉、油、砂糖	牛乳、豆乳、鶏肉、ヨーグルト	バナナ、ほうれんそう、キャベ ツ、コーン、たまねぎ、しめじ、 ねぎ、にんじん、レモン、にんに く	牛乳・麦茶 牛乳・麦茶 ヨーグルトスコーン
21 (金)	ご飯 豚肉のすき焼き風煮物 小松菜とツナのごま和え みそ汁	オレンジ 米、小麦粉、黒砂糖、砂糖	牛乳、豚肉、豆腐、みそ、ツナ 缶	オレンジ、はくさい、たまねぎ、 こまつな、キャベツ、ねぎ、にん じん、しらたき、えのきたけ、ご ま	牛乳・麦茶 牛乳・麦茶 黒糖蒸しパン
22 (土)	チャーハン スープ デザート	米、油	牛乳、豚ひき肉	バナナ、にんじん、たまねぎ、 キャベツ	牛乳・麦茶 牛乳・麦茶 せんべい
25 (火)	ナポリタン きゅうりとささみのごまサラダ きのこのスープ ヨーグルト	りんご フライドポテト、スパゲティ、油、砂糖	牛乳、ヨーグルト、ベーコン、さ さ身	きゅうり、たまねぎ、えのきた け、ピーマン、にんじん、しめ じ、コーン、さやえんどう、ごま	牛乳 牛乳 フライドポテト
26 (水)	ご飯 カレイの煮つけ 切干大根の煮物 みそ汁	ゼリー 米、さといも、砂糖、油	牛乳、かだい、豆腐、みそ、油 揚げ	りんご、えのきたけ、切り干し だいこん、さやえんどう、わか め、あおのり、しょうが	牛乳・麦茶 牛乳・麦茶 あおのりおにぎり
27 (木)	ロールパン 鶏肉のケチャップ煮 ブロッコリーとちくわのサラダ 野菜スープ	バナナ ロールパン、ビーフン、油、小麦粉、 砂糖、ごま油	牛乳、鶏肉、ちくわ	たまねぎ、ブロッコリー、にん じん、キャベツ、ピーマン、しい たけ、レモン	牛乳・麦茶 牛乳・麦茶 ビーフン
28 (金)	マーボー丼 ほうれん草のナムル バナナ みそ汁	ゼリー さつまいも、米、砂糖、油、片栗粉、ご ま油	牛乳、豆腐、豚ひき肉、みそ、 油揚げ	バナナ、ほうれんそう、だいこ ん、もやし、ねぎ、ごま、ごま、 わかめ、しょうが	牛乳・麦茶 牛乳・麦茶 大学芋
29 (土)	焼きうどん みそ汁 デザート	りんご うどん、じゃがいも、油	牛乳、豚肉、みそ、かつお節	バナナ、にんじん、たまねぎ、 ねぎ、わかめ	牛乳・麦茶 牛乳・麦茶 せんべい

乳児 エネルギー(kcal)

目標
平均

たんぱく質(g)

脂質(g)

カルシウム(mg)

食塩相当量(g)

450
425

18
17.1

12.5
13

200
226

1.5
1.7



☆仕入れ食材の都合により献立が変更になる場合があります。

11月離乳食 献 立 表

2025年11月

ミルキーホーム五香園

日 ／ 曜	献 立 名	10時おやつ 3時おやつ	日 ／ 曜	献 立 名	10時おやつ 3時おやつ
01 （ 土 ）	おかゆ （にんじんとたまねぎの煮物 すまし汁	麦茶 麦茶 ベビー菓子	17 （ 月 ）	おかゆ 豚肉とにんじんの煮物 みそ汁	麦茶 麦茶 おかかがゆ
04 （ 火 ）	おかゆ （豚もとじゃがいもの煮物 スープ	麦茶 麦茶 しらすがゆ	18 （ 火 ）	おかゆ 豚もとじゃがいもの煮物 スープ	麦茶 麦茶 しらすがゆ
05 （ 水 ）	おかゆ （さけとたまねぎの煮物 すまし汁	麦茶 麦茶 みそがゆ	19 （ 水 ）	おかゆ さけとたまねぎの煮物 すまし汁	麦茶 麦茶 みそがゆ
06 （ 木 ）	おかゆ （鶏もとほうれん草の煮物 スープ	麦茶 麦茶 青のりがゆ	20 （ 木 ）	おかゆ 鶏もとほうれん草の煮物 スープ	麦茶 麦茶 青のりがゆ
07 （ 金 ）	おかゆ （ぶたもとたまねぎの煮物 みそ汁	麦茶 麦茶 しらすがゆ	21 （ 金 ）	おかゆ 豚もとたまねぎの煮物 みそ汁	麦茶 麦茶 しらすがゆ
08 （ 土 ）	おかゆ （豚ひきとにんじんの煮物 スープ	麦茶 麦茶 ベビー菓子	22 （ 土 ）	おかゆ 豚ひきとにんじんの煮物 スープ	麦茶 麦茶 ベビー菓子
10 （ 月 ）	おかゆ （豚ひきとほうれん草の煮物 スープ	麦茶 麦茶 おかかがゆ	25 （ 火 ）	おかゆ 鶏肉とじゃがいもの煮物 スープ	麦茶 みそがゆ 麦茶
11 （ 火 ）	おかゆ （鶏肉とじゃがいもの煮物 すまし汁	麦茶 麦茶 みそがゆ	26 （ 水 ）	おかゆ カレイとキャベツの煮物 みそ汁	麦茶 麦茶 あおのりおにぎり
12 （ 水 ）	おかゆ （カレイとキャベツの煮物 すまし汁	麦茶 麦茶 青のりがゆ	27 （ 木 ）	おかゆ 鶏肉とブロッコリーの煮物 野菜スープ	麦茶 麦茶 おかかがゆ
13 （ 木 ）	おかゆ （鶏肉とブロッコリーの煮物 野菜スープ	麦茶 麦茶 おかかがゆ	28 （ 金 ）	おかゆ 豚ひきとほうれん草の煮物 みそ汁	麦茶 麦茶 さつまいもスティック
14 （ 金 ）	おかゆ （豚ひきとほうれん草の煮物 みそ汁	麦茶 麦茶 さつまいもスティック	29 （ 土 ）	おかゆ 豚もとじゃがいもの煮物 みそ汁	麦茶 麦茶 ベビー菓子
15 （ 土 ）	おかゆ （豚もとじゃがいもの煮物 みそ汁	麦茶 麦茶 ベビー菓子			