11月 献 立 表

令和8年

ミルキーホーム

日	曜	献立名 朝おやつ	昼食	おやつ	あか 体をつくる 血や肉になる	きいろ 力や体温のもとになる	みどり 体の調子を整える	その他
2	月	せんべい 牛乳	マーボー豆腐丼　中華スープ なめたけ和え　りんご　麦茶	焼き芋 牛乳	味噌　豚肉　木綿豆腐 牛乳	米　油　砂糖　片栗粉 さつま芋　ごま油　ごま せんべい	長ねぎ　干ししいたけ　白菜 しょうが　にんにく　人参 大根　なめ茸　りんご	水　こいくちしょうゆ 料理酒　チキンスープの素 麦茶
4	水	ビスケット 牛乳	ご飯　味噌汁 かれいの磯辺焼き 野菜炒め　ヨーグルト　麦茶 食育：ゆいぐみ	ひじきココアパウンドケーキ 牛乳	味噌　かれい　ヨーグルト 牛乳	米　油　無塩バター　砂糖 ホットケーキミックス マンナビスケット	植物だし　南瓜　万能ねぎ　青のり キャベツ　人参　玉ねぎ　ひじき	水　万能つゆ　みりん 料理酒 チキンスープの素　塩 麦茶　ココア
5	木	おこめせん 牛乳	丸パン　コーンスープ チキンナゲット 人参ドレッシングサラダ　オレンジ 麦茶	チーズおかかおにぎり 麦茶	鶏肉　木綿豆腐　かつお節 チーズ　牛乳	丸パン　パン粉　薄力粉　油 米　おこめせん	人参　玉ねぎ　もやし　パプリカ きゅうり　オレンジ	シチューフレーク　水　塩 トマトケチャップ 人参ドレッシング　麦茶 こいくちしょうゆ
6	金	野菜入りそふとせん 牛乳	【立冬】ご飯　きのこ汁 鶏肉の香り焼き ごま和え　柿　麦茶	ヨーグルトスコーン 牛乳	鶏肉　ヨーグルト　牛乳	米　ごま油　ごま　砂糖 無塩バター ホットケーキミックス 野菜入りそふとせん	植物だし　大根　しめじ　えのき茸 まいたけ　長ねぎ　にんにく しょうが　青のり　白菜　人参 ほうれん草　かき　レーズン	水　こいくちしょうゆ　塩 料理酒　麦茶
7	土	ほうれん草と小松菜せんべい 牛乳	焼きそば　オニオンスープ ポテトサラダ　麦茶	しらすわかめおにぎり 麦茶	豚肉　ハム　かつお節 しらす　牛乳	中華麺　油　砂糖　じゃが芋 ノンエッグマヨネーズ　米 ほうれん草と小松菜せんべい	キャベツ　人参　ピーマン　青のり 干ししいたけ　玉ねぎ　きゅうり わかめご飯の素	水　中濃ソース　塩 チキンスープの素 こいくちしょうゆ 麦茶
9	月	ビスケット 牛乳	ご飯　味噌汁 赤魚の煮付け 納豆和え　りんご　麦茶	きな粉ドーナツ 牛乳	味噌　赤魚　納豆　豆乳 絹ごし豆腐　きな粉　牛乳	米　小切麸　砂糖　油 ホットケーキミックス マンナビスケット	植物だし　南瓜　長ねぎ　しょうが 大根　人参　りんご	水　料理酒　万能つゆ みりん　こいくちしょうゆ 麦茶
10	火	せんべい 牛乳	ご飯　わかめスープ 鶏肉の中華風味噌焼き チンゲン菜としらすの和え物 バナナ　麦茶	りんごゼリー ウエハース 牛乳	鶏肉　味噌　しらす　牛乳	米　ごま油　砂糖 ウエハース　せんべい	玉ねぎ　わかめ　しょうが　にんにく チンゲン菜　もやし　人参　バナナ りんごジュース　アガー	水　チキンスープの素 こいくちしょうゆ　みりん 料理酒　麦茶
11	水	ビスケット 牛乳	具だくさんうどん さつま芋の甘煮　チーズ　麦茶	ピラフ 麦茶	豚肉　油揚げ　チーズ ベーコン　牛乳	うどん　油　さつま芋　砂糖 米　無塩バター マンナビスケット	植物だし　人参　白菜　長ねぎ ほうれん草　レーズン　玉ねぎ ピーマン	水　こいくちしょうゆ みりん　塩　料理酒　麦茶 チキンスープの素
12	木	おこめせん 牛乳	ご飯　味噌汁 鶏肉のレモン揚げ 春雨サラダ　ヨーグルト　麦茶	小松菜パンケーキ 牛乳	味噌　木綿豆腐　鶏肉 ヨーグルト　牛乳	米　油　片栗粉　砂糖 春雨　ノンエッグマヨネーズ ホットケーキミックス おこめせん	植物だし　なめこ　レモン　人参 ブロッコリー　きゅうり　小松菜	水　料理酒 こいくちしょうゆ　みりん 塩　麦茶
13	金	ほうれん草と小松菜せんべい 牛乳	【七五三祝い】ちらし寿司　すまし汁 味噌ドレッシングサラダ　バナナ 麦茶	焼きチュロス 牛乳	油揚げ　鶏肉　味噌 絹ごし豆腐　牛乳	米　砂糖　油　ごま油　ごま ホットケーキミックス ほうれん草と小松菜せんべい	植物だし　人参　干ししいたけ コーン　焼きのり　大根　みつば キャベツ　チンゲン菜 パプリカ　バナナ	水　穀物酢　塩　みりん 料理酒　こいくちしょうゆ 麦茶
14	土	野菜入りそふとせん 牛乳	豚丼　味噌汁 きゅうりの塩昆布和え 麦茶	クラッカーサンド（いちごジャム） 牛乳	豚肉　味噌　牛乳	米　じゃが芋　クラッカー いちごジャム 野菜入りそふとせん	玉ねぎ　人参　グリンピース 植物だし　干ししいたけ　きゅうり もやし　塩昆布	水　料理酒　万能つゆ 塩　こいくちしょうゆ　麦茶
16	月	小魚せんべい 牛乳	玄米入りご飯 大豆入りドライカレー フレンチサラダ　オレンジ 麦茶	豆乳フルーツかん 牛乳	豚肉　大豆　ベーコン　豆乳 牛乳	米　玄米　油　砂糖 小魚せんべい	玉ねぎ　人参　ピーマン　キャベツ ブロッコリー　コーン　オレンジ　寒天 パイン缶　黄桃缶	水　トマトケチャップ 中濃ソース こいくちしょうゆ カレールウ　穀物酢　塩 麦茶
17	火	せんべい 牛乳	マーボー豆腐丼　中華スープ なめたけ和え　りんご　麦茶	焼き芋 牛乳	味噌　豚肉　木綿豆腐 牛乳	米　油　砂糖　片栗粉 さつま芋　ごま油　ごま せんべい	長ねぎ　干ししいたけ　白菜 しょうが　にんにく　人参 大根　なめ茸　りんご	水　こいくちしょうゆ 料理酒　チキンスープの素 麦茶
18	水	おこめせん 牛乳	丸パン　コーンスープ チキンナゲット 人参ドレッシングサラダ　オレンジ 麦茶	型抜きクッキー 牛乳	鶏肉　木綿豆腐　牛乳	丸パン　パン粉　薄力粉　油 砂糖　無塩バター おこめせん	人参　玉ねぎ　もやし　パプリカ きゅうり　オレンジ	シチューフレーク　水　塩 トマトケチャップ 人参ドレッシング　麦茶
19	木	ビスケット 牛乳	ご飯　味噌汁 鶏肉の香り焼き 野菜炒め　バナナ　麦茶	コンソメ麩ナック 牛乳	味噌　鶏肉　牛乳	米　ごま油　油 小切麸 マンナビスケット	植物だし　南瓜　万能ねぎ　にんにく しょうが　青のり キャベツ　人参　玉ねぎ バナナ	水　こいくちしょうゆ 料理酒 チキンスープの素　塩 麦茶
20	金	野菜入りそふとせん 牛乳	【小雪】ご飯　味噌汁 たらのごま風味焼き 里芋と厚揚げの煮物　チーズ　麦茶	フルーツパンサンド 牛乳	味噌　たら　厚揚げ　チーズ クリーム　牛乳	米　小切麸　砂糖　ごま 里芋　片栗粉　フルーツパン 野菜入りそふとせん	植物だし　かぶ　ほうれん草　人参 グリンピース	水　こいくちしょうゆ みりん　料理酒　万能つゆ 麦茶
21	土	ほうれん草と小松菜せんべい 牛乳	焼きそば　オニオンスープ ポテトサラダ　麦茶	しらすわかめおにぎり 麦茶	豚肉　かつお節　ハム しらす　牛乳	中華麺　油　じゃが芋 ノンエッグマヨネーズ 砂糖　米 ほうれん草と小松菜せんべい	キャベツ　人参　ピーマン　青のり 玉ねぎ　干ししいたけ　きゅうり わかめご飯の素	水　チキンスープの素 中濃ソース　塩　麦茶
24	火	せんべい 牛乳	ご飯　わかめスープ 鶏肉の中華風味噌焼き チンゲン菜としらすの和え物 バナナ　麦茶	りんごゼリー ウエハース 牛乳	鶏肉　味噌　しらす　牛乳	米　ごま油　砂糖 ウエハース　せんべい	玉ねぎ　わかめ　しょうが　にんにく チンゲン菜　もやし　人参　バナナ りんごジュース　アガー	水　チキンスープの素 こいくちしょうゆ　みりん 料理酒　麦茶
25	水	おこめせん 牛乳	ご飯　味噌汁 赤魚の煮付け 納豆和え　りんご　麦茶	きな粉ドーナツ 牛乳	味噌　赤魚　納豆　豆乳 絹ごし豆腐　きな粉　牛乳	米　小切麸　砂糖 ホットケーキミックス　油 おこめせん	植物だし　南瓜　長ねぎ　しょうが 大根　人参　りんご	水　料理酒　万能つゆ みりん　こいくちしょうゆ 麦茶
26	木	ビスケット 牛乳	具だくさんうどん さつま芋の甘煮　チーズ　麦茶	ピラフ 麦茶	豚肉　油揚げ　チーズ ベーコン　牛乳	うどん　油　さつま芋　砂糖 米　無塩バター マンナビスケット	人参　白菜　長ねぎ　ほうれん草 植物だし　レーズン　玉ねぎ ピーマン	水　こいくちしょうゆ みりん　塩　料理酒　麦茶 チキンスープの素
27	金	おこめせん 牛乳	ご飯　味噌汁 鶏肉と大根の煮物 春雨サラダ　ヨーグルト　麦茶	アップルパイ 牛乳	味噌　木綿豆腐　鶏肉 ヨーグルト　牛乳	米　油　春雨 ノンエッグマヨネーズ　砂糖 餃子の皮　おこめせん	植物だし　なめこ　大根　人参 グリンピース　ブロッコリー　きゅうり りんご	水　万能つゆ こいくちしょうゆ　みりん 塩　麦茶
28	土	野菜入りそふとせん 牛乳	豚丼　味噌汁 きゅうりの塩昆布和え 麦茶	クラッカーサンド（いちごジャム） 牛乳	豚肉　味噌　牛乳	米　じゃが芋　パンケーキ クラッカー　いちごジャム 野菜入りそふとせん	玉ねぎ　人参　グリンピース 植物だし　干ししいたけ　きゅうり もやし　塩昆布	水　料理酒　万能つゆ 塩　こいくちしょうゆ　麦茶
30	月	小魚せんべい 牛乳	玄米入りご飯 大豆入りドライカレー フレンチサラダ　オレンジ 麦茶	豆乳フルーツかん 牛乳	豚肉　大豆　ベーコン　豆乳 牛乳	米　玄米　油　砂糖 小魚せんべい	玉ねぎ　人参　ピーマン　キャベツ ブロッコリー　コーン　オレンジ　寒天 パイン缶　黄桃缶	水　トマトケチャップ 中濃ソース こいくちしょうゆ カレールウ　穀物酢　塩 麦茶

☆ 今 月 の 平 均 給 与 栄 養 量 ☆

		エネルギー（kcal）	たんぱく質（g）	脂質（g）	カルシウム（mg）	食塩相当量（g）
幼児	目標量	568	19.9	17.7	300	1.5
	平均量	576	21.1	18.6	301	1.5
乳児	目標量	522	18.3	16.3	225	1.3
	平均量	499	18	16.4	294	1.3

☆園の給食では栄養豊富でおいしい『金芽米』を使用しています。

発行：株式会社ミールケア

令和8年11月　離乳食献立表　ミルキーホーム

日	曜	後期 お昼	使用食材	午後	使用食材
2	月	軟飯　白菜の味噌汁 豆腐と大根の煮物 スティック人参 りんご煮	米 昆布 水 白菜 味噌 豆腐 大根 こいくちしょうゆ 人参 りんご	スティックさつま芋	さつま芋 昆布 水 こいくちしょうゆ
4	水	軟飯　かぼちゃの味噌汁 かれいと玉ねぎの煮物 キャベツの煮物	米 昆布 水 南瓜 味噌 かれい 玉ねぎ 人参 こいくちしょうゆ キャベツ	のり軟飯	米 焼きのり こいくちしょうゆ
5	木	軟飯　玉ねぎのスープ 豆腐と人参の煮物 スティックきゅうり	米 昆布 水 玉ねぎ こいくちしょうゆ 木綿豆腐 人参 パプリカ きゅうり	おかか軟飯	米 かつお節 こいくちしょうゆ
6	金	軟飯　大根のスープ 鶏肉とほうれん草の煮物 スティック人参	米 昆布 水 大根 こいくちしょうゆ 鶏肉 ほうれん草 白菜 人参	ヨーグルト	ヨーグルト 砂糖
7	土	軟飯　きゅうりのスープ しらすと玉ねぎの煮物 スティックじゃが芋	米 昆布 水 きゅうり こいくちしょうゆ しらす 玉ねぎ 人参 じゃが芋	味噌軟飯	米 味噌
9	月	軟飯　麸の味噌汁 しらすとかぼちゃの煮物 スティック大根 りんご煮	米 昆布 水 小切麸 味噌 しらす 南瓜 人参 こいくちしょうゆ 大根 りんご	きな粉軟飯	米 きな粉
10	火	軟飯　玉ねぎのスープ 鶏肉とチンゲン菜の味噌煮 スティック人参 バナナ	米 昆布 水 玉ねぎ こいくちしょうゆ 鶏肉 玉ねぎ チンゲン菜 味噌 人参 バナナ	青のり軟飯	米 青のり こいくちしょうゆ
11	水	豚肉と野菜入り煮込みうどん スティックさつま芋	うどん 豚肉 白菜 ほうれん草 昆布 水 こいくちしょうゆ さつま芋	野菜軟飯	米 昆布 玉ねぎ こいくちしょうゆ
12	木	軟飯　きゅうりの味噌汁 鶏肉と小松菜の煮物 ブロッコリーの煮物	米 昆布 水 きゅうり 味噌 鶏肉 小松菜 人参 こいくちしょうゆ ブロッコリー	小松菜軟飯	米 昆布 小松菜 こいくちしょうゆ
13	金	軟飯　大根のスープ 鶏肉とキャベツの味噌煮 スティック人参 バナナ	米 昆布 水 大根 こいくちしょうゆ 鶏肉 キャベツ チンゲン菜 味噌 人参 バナナ	だし軟飯	米 昆布
14	土	軟飯　じゃが芋の味噌汁 豚肉と玉ねぎの煮物 スティックきゅうり	米 昆布 水 じゃが芋 味噌 豚肉 玉ねぎ 人参 こいくちしょうゆ きゅうり	のり軟飯	米 焼きのり こいくちしょうゆ
16	月	軟飯　麸のスープ 豚そぼろとキャベツの煮物 ブロッコリーの煮物	米 昆布 水 小切麸 こいくちしょうゆ 豚肉 キャベツ ピーマン 片栗粉 ブロッコリー	ケチャップ軟飯	米 昆布 玉ねぎ トマトケチャップ
17	火	軟飯　白菜の味噌汁 豆腐と大根の煮物 スティック人参 りんご煮	米 昆布 水 白菜 味噌 高野豆腐 大根 こいくちしょうゆ 人参 りんご	スティックさつま芋	さつま芋 昆布 水 こいくちしょうゆ
18	水	軟飯　玉ねぎのスープ 豆腐と人参の煮物 スティックきゅうり	米 昆布 水 玉ねぎ こいくちしょうゆ 木綿豆腐 人参 パプリカ きゅうり	だし軟飯	米 昆布 こいくちしょうゆ
19	木	軟飯　かぼちゃの味噌汁 鶏肉と玉ねぎの煮物 キャベツの煮物	米 昆布 水 南瓜 味噌 鶏肉 玉ねぎ 人参 こいくちしょうゆ キャベツ	のり軟飯	米 焼きのり こいくちしょうゆ
20	金	軟飯　麸の味噌汁 たらとかぶの煮物 スティック人参	米 昆布 水小切麸 味噌 たら かぶ ほうれん草 こいくちしょうゆ 人参	ミルク軟飯	米 水 牛乳
21	土	軟飯　きゅうりのスープ しらすと玉ねぎの煮物 スティックじゃが芋	米 昆布 水 きゅうり こいくちしょうゆ しらす 玉ねぎ 人参 じゃが芋	味噌軟飯	米 味噌
24	火	軟飯　玉ねぎのスープ 鶏肉とチンゲン菜の味噌煮 スティック人参 バナナ	米 昆布 水 玉ねぎ こいくちしょうゆ 鶏肉 じゃが芋 チンゲン菜 味噌 人参 バナナ	青のり軟飯	米 青のり こいくちしょうゆ
25	水	軟飯　麸の味噌汁 しらすとかぼちゃの煮物 スティック大根 りんご煮	米 昆布 水 小切麸 味噌 しらす 南瓜 人参 こいくちしょうゆ 大根 りんご	きな粉軟飯	米 きな粉
26	木	豚肉と野菜入り煮込みうどん スティックさつま芋	うどん 豚肉 白菜 ほうれん草 昆布 水 こいくちしょうゆ さつま芋	野菜軟飯	米 昆布 玉ねぎ こいくちしょうゆ
27	金	軟飯　きゅうりの味噌汁 豆腐と大根の煮物 ブロッコリーの煮物	米 昆布 水 きゅうり 味噌 木綿豆腐 大根 人参 こいくちしょうゆ ブロッコリー	りんご煮	りんご
28	土	軟飯　じゃが芋の味噌汁 豚肉と玉ねぎの煮物 スティックきゅうり	米 昆布 水 じゃが芋 味噌 豚肉 玉ねぎ 人参 こいくちしょうゆ きゅうり	のり軟飯	米 焼きのり こいくちしょうゆ
30	月	軟飯　麸のスープ 豚そぼろとキャベツの煮物 ブロッコリーの煮物	米 昆布 水 小切麸 こいくちしょうゆ 豚肉 キャベツ ピーマン 片栗粉 ブロッコリー	ケチャップ軟飯	米 昆布 玉ねぎ トマトケチャップ