



11月 献立表



令和7年

ミルキーホーム 向小金園

日 曜	献立名			あか	きいろ	みどり	その他
	朝おやつ	昼食	おやつ	体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとになる	体の調子を整える	
1 土	しらす&わかめせんべい牛乳	鶏肉と厚揚げ炒め丼 味噌汁 もやしと干しえびの和え物 グレープフルーツ 麦茶	バンケーキ クラッカー 牛乳	鶏肉 厚揚げ 味噌 干しえび 牛乳	米 油 小切麩 砂糖 バンケーキ クラッカー しらす&わかめせんべい	人参 玉ねぎ ビーマン 植物だし 小松菜 もやし グレープフルーツ	水 こいくちしょうゆ みりん 料理酒 塩 麦茶
4 火	ミニアスパラガス牛乳	ご飯 味噌汁 豚肉と高野豆腐の煮物 なめたけ和え りんご 麦茶	焼き芋 牛乳	味噌 豚肉 高野豆腐 牛乳	米 油 さつま芋 ビスケット	植物だし 干しいたけ キャベツ 玉ねぎ 人参 ごぼう グリンピース 大根 なめ茸 りんご	水 万能つゆ 塩 みりん こいくちしょうゆ 麦茶
5 水	クラッカー牛乳	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	せんべい/ビスケット 牛乳	鶏肉 木綿豆腐 かつお節 煮干し 牛乳	丸パン パン粉 薄力粉 油 米 クラッカー	人参 玉ねぎ もやし パプリカ チンゲン菜 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 木	小魚せんべい牛乳	ご飯 ビーフンスープ 鶏肉の中華風味噌焼き キャベツとツナのマヨサラダ グレープフルーツ 麦茶	りんごゼリー 牛乳	鶏肉 味噌 ツナ 牛乳	米 ごま油 ビーフン 砂糖 ノンエッグマヨネーズ 小魚せんべい	小松菜 しょうが にんにく キャベツ 植物だし チンゲン菜 きゅうり 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 塩 麦茶
7 金	いわしせんべい牛乳	【立冬】ご飯 味噌汁 かれいのかきのこあんかけ ごま和え チーズ 麦茶	ヨーグルトスコーン 牛乳	味噌 油揚げ かれい チーズ ヨーグルト 牛乳	米 さつま芋 砂糖 片栗粉 ごま 無塩バター ホットケーキミックス いわしせんべい	植物だし 長ねぎ 玉ねぎ しめじ まいたけ 白菜 人参 ほうれん草 レーズン	水 料理酒 こいくちしょうゆ みりん 麦茶
8 土	ほうれん草と小松菜せんべい牛乳	豚丼 味噌汁 きゅうりの塩昆布和え パナナ 麦茶	カップゼリー(オレンジ) せんべい(ソフトサラダ) 牛乳	豚肉 味噌 高野豆腐 牛乳	米 オレンジゼリー せんべい ほうれん草と小松菜せんべい	玉ねぎ 人参 グリンピース 植物だし チンゲン菜 きゅうり もやし 塩昆布 パナナ	水 料理酒 万能つゆ 塩 こいくちしょうゆ 麦茶
10 月	いわしせんべい牛乳	ご飯 味噌汁 鶏肉と大根の煮物 おかか和え オレンジ 麦茶	ごまサブレ 牛乳	味噌 鶏肉 かつお節 牛乳	米 油 無塩バター 砂糖 薄力粉 ごま いわしせんべい	植物だし 干しいたけ 南瓜 人参 大根 グリンピース 白菜 オレンジ	水 万能つゆ こいくちしょうゆ みりん 麦茶
11 火	小魚せんべい牛乳	玄米入りご飯 レバー入りドライカレー わかめサラダ りんご 麦茶	牛乳フルーツかん 牛乳	豚肉 豚レバー 牛乳	米 玄米 油 砂糖 ごま 小魚せんべい	玉ねぎ 人参 パセリ キャベツ コーン わかめ りんご 寒天 バイン缶 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 カレー粉 穀物酢 麦茶
12 水	せんべい牛乳	ご飯 味噌汁 さばの香味焼き 大根の和風マヨ和え パナナ 麦茶	ひじきココアパウンドケー キ 牛乳	味噌 木綿豆腐 さば 牛乳	米 ごま油 ノンエッグマヨネーズ 無塩バター 砂糖 ホットケーキミックス せんべい	植物だし チンゲン菜 しょうが 大根 人参 ブロッコリー パナナ ひじき	水 塩 料理酒 こいくちしょうゆ 麦茶 ココア
13 木	ごませんべい牛乳	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 焼き竹輪 かつおだしバック チーズ 鶏肉 牛乳	うどん 油 さつま芋 砂糖 無塩バター ごませんべい	人参 白菜 長ねぎ ほうれん草 レーズン 玉ねぎ ビーマン	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
14 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 ジョア 麦茶	千歳飴風スティックパイ 牛乳	油揚げ 鮭 かつおだしバック 鶏肉 味噌 ジョア 牛乳	米 砂糖 ごま油 ごま パイシート 無塩バター いちごジャム ほうれん草と小松菜せんべい	人参 干しいたけ コーン 焼きのり 大根 つみば キャベツ チンゲン菜	水 穀物酢 塩 みりん 料理酒 こいくちしょうゆ 麦茶
15 土	しらす&わかめせんべい牛乳	鶏肉と厚揚げ炒め丼 味噌汁 もやしと干しえびの和え物 グレープフルーツ 麦茶	バンケーキ クラッカー 牛乳	鶏肉 厚揚げ 味噌 干しえび 牛乳	米 油 小切麩 砂糖 バンケーキ クラッカー しらす&わかめせんべい	人参 玉ねぎ ビーマン 植物だし 小松菜 もやし グレープフルーツ	水 こいくちしょうゆ みりん 料理酒 塩 麦茶
17 月	ごませんべい牛乳	ご飯 味噌汁 じゃが芋のそぼろ煮 ブロッコリーサラダ チーズ 麦茶	スバゲティナポリタン 牛乳	味噌 豚肉 チーズ 牛乳	米 じゃが芋 油 砂糖 片栗粉 ごま油 スバゲティ ごませんべい	植物だし 白菜 わかめ 玉ねぎ 人参 ブロッコリー 切干大根 コーン	水 こいくちしょうゆ みりん 料理酒 穀物酢 麦茶 トマトケチャップ チキンスープの素 塩
18 火	ミニアスパラガス牛乳	ご飯 味噌汁 豚肉と高野豆腐の煮物 なめたけ和え りんご 麦茶	焼き芋 牛乳	味噌 豚肉 高野豆腐 牛乳	米 油 さつま芋 ビスケット	植物だし 干しいたけ キャベツ 玉ねぎ 人参 ごぼう グリンピース 大根 なめ茸 りんご	水 万能つゆ 塩 みりん こいくちしょうゆ 麦茶
19 水	クラッカー牛乳	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	せんべい/ビスケット 牛乳	鶏肉 木綿豆腐 かつお節 煮干し 牛乳	丸パン パン粉 薄力粉 油 米 クラッカー	人参 玉ねぎ もやし パプリカ チンゲン菜 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
20 木	小魚せんべい牛乳	ご飯 ビーフンスープ 鶏肉の中華風味噌焼き キャベツとツナのマヨサラダ グレープフルーツ 麦茶	フルーツパンサンド 牛乳	鶏肉 味噌 ツナ クリーム 牛乳	米 ごま油 ビーフン 砂糖 ノンエッグマヨネーズ フルーツパン 小魚せんべい	小松菜 しょうが にんにく キャベツ 人参 きゅうり グレープフルーツ	水 チキンスープの素 こいくちしょうゆ みりん 料理酒 塩 麦茶
21 金	いわしせんべい牛乳	【小雪】ご飯 味噌汁 たらごま風味焼き 里芋と厚揚げの煮物 柿 麦茶	ヨーグルトスコーン 牛乳	味噌 たら 厚揚げ ヨーグルト 牛乳	米 小切麩 砂糖 ごま 里芋 片栗粉 無塩バター ホットケーキミックス いわしせんべい	植物だし かぶ ほうれん草 人参 グリンピース かき レーズン	水 こいくちしょうゆ みりん 料理酒 万能つゆ 麦茶
22 土	ほうれん草と小松菜せんべい牛乳	豚丼 味噌汁 きゅうりの塩昆布和え パナナ 麦茶	カップゼリー(オレンジ) せんべい(ソフトサラダ) 牛乳	豚肉 味噌 高野豆腐 牛乳	米 オレンジゼリー せんべい ほうれん草と小松菜せんべい	玉ねぎ 人参 グリンピース 植物だし チンゲン菜 きゅうり もやし 塩昆布 パナナ	水 料理酒 万能つゆ 塩 こいくちしょうゆ 麦茶
25 火	小魚せんべい牛乳	玄米入りご飯 レバー入りドライカレー わかめサラダ りんご 麦茶	牛乳フルーツかん 牛乳	豚肉 豚レバー 牛乳	米 玄米 油 砂糖 ごま 小魚せんべい	玉ねぎ 人参 パセリ キャベツ コーン わかめ りんご 寒天 バイン缶 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 カレー粉 穀物酢 麦茶
26 水	せんべい牛乳	ご飯 味噌汁 さばの香味焼き 大根の和風マヨ和え パナナ 麦茶	ピラフ 麦茶	味噌 木綿豆腐 さば 鶏肉 牛乳	米 ごま油 ノンエッグマヨネーズ 米 無塩バター せんべい	植物だし チンゲン菜 しょうが 大根 人参 ブロッコリー パナナ 玉ねぎ ビーマン	水 塩 料理酒 こいくちしょうゆ 麦茶 チキンスープの素
27 木	ごませんべい牛乳	具だくさんうどん さつま芋の甘煮 チーズ 麦茶	ひじきココア パウンドケーキ 牛乳	豚肉 焼き竹輪 かつおだしバック チーズ 牛乳	うどん 油 さつま芋 砂糖 無塩バター 砂糖 ホットケーキミ ックス ごませんべい	人参 白菜 長ねぎ ほうれん草 レーズン ひじき	水 こいくちしょうゆ みりん 塩 料理酒 麦茶 ココア
28 金	ほうれん草と小松菜せんべい牛乳	ご飯 味噌汁 鮭のパターしょうゆ焼き 甘酢和え ジョア 麦茶	アップルパイ 牛乳	味噌 油揚げ 鮭 ジョア 牛乳 クリーム	米 薄力粉 油 無塩バター 砂糖 バイシント ほうれん草と小松菜せんべい	植物だし 玉ねぎ わかめ キャベツ 人参 きゅうり りんご	水 塩 料理酒 こいくちしょうゆ みりん 穀物酢 麦茶
29 土	クラッカー牛乳	中華あんかけ丼 中華スープ じゃが芋のソーテー オレンジ 麦茶	チーズ ミニアスパラガス 牛乳	豚肉 チーズ 牛乳	米 油 砂糖 片栗粉 ごま油 じゃが芋 ビスケット クラッカー	人参 玉ねぎ チンゲン菜 干しいたけ もやし ビーマン コーン オレンジ	水 こいくちしょうゆ 料理酒 塩 チキンスープの素 麦茶

☆ 今月の平均給食栄養量 ☆

	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	589	22.1	19	270
乳児	平均量	560	21	18.6	268
乳児	目標量	494	18.5	15.9	225
乳児	平均量	484	17.9	16.2	275

☆図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。

令和7年 11月



離乳食献立表



ミルキーホーム向小金園

		中期	後期	
日	曜	お昼	お昼	午後
1	土	お粥 麴の味噌汁 鶏ももと小松菜の煮物 人参の煮物	軟飯 麴の味噌汁 鶏ももと小松菜の煮物 スティック人参	玉ねぎ軟飯
4	火	お粥 玉ねぎの味噌汁 高野豆腐とキャベツの煮物 大根の煮物	軟飯 玉ねぎの味噌汁 高野豆腐とキャベツの煮物 スティック大根 りんご煮	スティックさつま芋
5	水	お粥 人参のスープ 鶏そぼろと玉ねぎの煮物 チンゲン菜の煮物	軟飯 人参のスープ 鶏そぼろと玉ねぎの煮物 チンゲン菜の煮物	おかか軟飯
6	木	お粥 小松菜のスープ 鶏ももとキャベツの味噌煮 人参の煮物	軟飯 小松菜のスープ 鶏ももとキャベツの味噌煮 スティック人参	野菜軟飯
7	金	お粥 さつま芋の味噌汁 かれいと白菜の煮物 ほうれん草の煮物	軟飯 さつま芋の味噌汁 かれいと白菜の煮物 ほうれん草の煮物	ヨーグルト
8	土	お粥 チンゲン菜の味噌汁 豚肉と人参の煮物 きゅうりの煮物	軟飯 チンゲン菜の味噌汁 豚肉と人参の煮物 スティックきゅうり パナナ	味噌軟飯
10	月	お粥 人参の味噌汁 鶏ももと大根の煮物 かぼちゃの煮物	軟飯 人参の味噌汁 鶏ももと大根の煮物 かぼちゃの煮物	おかか軟飯
11	火	お粥 スープ レバー入り豚そぼろと玉ねぎの煮物 キャベツの煮物	軟飯 スープ レバー入り豚そぼろと玉ねぎの煮物 キャベツの煮物 りんご煮	ケチャップ軟飯
12	水	お粥 チンゲン菜の味噌汁 豆腐と人参の煮物 ブロッコリーの煮物	軟飯 チンゲン菜の味噌汁 豆腐と人参の煮物 ブロッコリーの煮物 パナナ	野菜軟飯
13	木	豚肉と野菜入り煮込みうどん さつま芋の煮物	豚肉と野菜入り煮込みうどん スティックさつま芋	だし軟飯
14	金	お粥 大根のスープ 鮭とキャベツの味噌煮 チンゲン菜の煮物	軟飯 大根のスープ 鮭とキャベツの味噌煮 チンゲン菜の煮物	のり軟飯
15	土	お粥 麴の味噌汁 鶏ももと小松菜の煮物 人参の煮物	軟飯 麴の味噌汁 鶏ももと小松菜の煮物 スティック人参	玉ねぎ軟飯
17	月	お粥 白菜の味噌汁 豚そぼろとじゃが芋の煮物 ブロッコリーの煮物	軟飯 白菜の味噌汁 豚そぼろとじゃが芋の煮物 ブロッコリーの煮物	スパゲティナポリタン風
18	火	お粥 玉ねぎの味噌汁 高野豆腐とキャベツの煮物 大根の煮物	軟飯 玉ねぎの味噌汁 高野豆腐とキャベツの煮物 スティック大根 りんご煮	スティックさつま芋
19	水	お粥 人参のスープ 鶏そぼろと玉ねぎの煮物 チンゲン菜の煮物	軟飯 人参のスープ 鶏そぼろと玉ねぎの煮物 チンゲン菜の煮物	おかか軟飯
20	木	お粥 小松菜のスープ 鶏ももとキャベツの味噌煮 人参の煮物	軟飯 小松菜のスープ 鶏ももとキャベツの味噌煮 スティック人参	野菜軟飯
21	金	お粥 麴の味噌汁 たらとかぶの煮物 ほうれん草の煮物	軟飯 麴の味噌汁 たらとかぶの煮物 ほうれん草の煮物	ヨーグルト
22	土	お粥 チンゲン菜の味噌汁 豚肉と人参の煮物 きゅうりの煮物	軟飯 チンゲン菜の味噌汁 豚肉と人参の煮物 スティックきゅうり パナナ	味噌軟飯
25	火	お粥 スープ レバー入り豚そぼろと玉ねぎの煮物 キャベツの煮物	軟飯 スープ レバー入り豚そぼろと玉ねぎの煮物 キャベツの煮物 りんご煮	ケチャップ軟飯
26	水	お粥 チンゲン菜の味噌汁 豆腐と人参の煮物 ブロッコリーの煮物	軟飯 チンゲン菜の味噌汁 豆腐と人参の煮物 ブロッコリーの煮物 パナナ	野菜軟飯
27	木	豚肉と野菜入り煮込みうどん さつま芋の煮物	豚肉と野菜入り煮込みうどん スティックさつま芋	だし軟飯
28	金	お粥 玉ねぎの味噌汁 鮭とキャベツの煮物 人参の煮物	軟飯 玉ねぎの味噌汁 鮭とキャベツの煮物 スティック人参	りんご煮
29	土	お粥 人参のスープ 豚肉とチンゲン菜の煮物 じゃが芋の煮物	軟飯 人参のスープ 豚肉とチンゲン菜の煮物 スティックじゃが芋	コーン軟飯