

11月 献 立 表



令和8年

ミルキーホーム向小金園

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 カ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	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　せんべい	植物だし　干ししいたけ　白菜 玉ねぎ　人参　ごぼう　グリンピース 大根　なめ茸　りんご　わかめ	水　万能つゆ　塩　みりん こいくちしょうゆ　麦茶
4	水	ミニアスパラガス 牛乳	ご飯　味噌汁 かれいの磯辺焼き 野菜炒め　グレープフルーツ　麦茶	ひじきココアパウンドケーキ 牛乳	味噌　かれい　牛乳	米　油　無塩バター　砂糖 ホットケーキミックス ビスケット	植物だし　南瓜　万能ねぎ　焼きのり キャベツ　人参　玉ねぎ グレープフルーツ　ひじき　大根	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	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	おかかおにぎり 小魚 麦茶	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 クラッカー	人参　玉ねぎ　もやし　パプリカ きゅうり　オレンジ　コーン	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	かつおだしパック　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	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	しらすチャーハン　オニオンスープ ポテトサラダ　バナナ　麦茶	カップゼリー（オレンジ） カルシウムせんべい 牛乳	しらす　豚肉　ロースハム 牛乳	米　ごま油　じゃが芋 ノンエッグマヨネーズ 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　干ししいたけ　きゅうり バナナ	水　チキンスープの素 こいくちしょうゆ　塩　麦茶
9	月	クラッカー 牛乳	ご飯　味噌汁 サバの煮付け 納豆和え　　チーズ　麦茶	スイートポテト 牛乳	味噌　サバ　納豆　牛乳　チーズ	米　小切麸　砂糖 無塩バター クラッカー	植物だし　南瓜　長ねぎ　しょうが 大根　人参　　さつま芋	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 チンゲン菜ともやしの和え物 バナナ　麦茶	せんべい ウエハース 牛乳	鶏肉　味噌　牛乳	米　ごま油　砂糖 ウエハース　せんべい　星たべよ	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 えのき	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	ミニアスパラガス 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 牛乳	豚肉　焼き竹輪 かつおだしパック　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　ビスケット	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 鶏肉と大根の煮物 春雨サラダ　ジョア　麦茶	せんべい／ビスケット 牛乳	味噌　木綿豆腐　鶏肉 ジョア　牛乳	米　油　春雨 ノンエッグマヨネーズ おこめせん 小魚せんべい　マンナビスケット	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 小松菜	水　万能つゆ 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	千歳飴風スティックパイ 牛乳	油揚げ　鮭 かつおだしパック　味噌 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 グレープフルーツ　麦茶	パンケーキ 牛乳	豚肉　味噌　牛乳	米　じゃが芋　パンケーキ 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　グレープフルーツ	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 レバー入りドライカレー フレンチツナサラダ　オレンジ 麦茶	牛乳フルーツかん 牛乳	豚肉　豚レバー　ツナ 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	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	せんべい／ビスケット 牛乳	味噌　豚肉　高野豆腐 牛乳	米　油　　せんべい ほうれん草と小松菜せんべい マンナビスケット	植物だし　干ししいたけ　白菜 玉ねぎ　人参　ごぼう　グリンピース 大根　なめ茸　りんご　わかめ	水　万能つゆ　塩　みりん こいくちしょうゆ　麦茶
18	水	ミニアスパラガス 牛乳	ご飯　わかめスープ 鶏肉の中華風味噌焼き チンゲン菜ともやしの和え物 バナナ　麦茶	りんごゼリー ウエハース 牛乳	鶏肉　味噌　牛乳	米　ごま油　砂糖 ウエハース　ビスケット	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　えのき	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
19	木	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　　牛乳	丸パン　パン粉　薄力粉　油 クラッカー 星たべよ ウエハース	人参　玉ねぎ　もやし　パプリカ きゅうり　オレンジ　コーン	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	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	せんべい／ビスケット 牛乳	味噌　たら　厚揚げ　チーズ 牛乳	米　小切麸　砂糖　ごま 里芋　片栗粉 野菜入りそふとせん アンパンマンせんべい マンナビスケット	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	しらすチャーハン　オニオンスープ ポテトサラダ　バナナ　麦茶	カップゼリー（オレンジ） カルシウムせんべい 牛乳	しらす　豚肉　ロースハム 牛乳	米　ごま油　じゃが芋 ノンエッグマヨネーズ 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　干ししいたけ　きゅうり バナナ	水　チキンスープの素 こいくちしょうゆ　塩　麦茶
24	火	クラッカー 牛乳	ご飯　味噌汁 サバの煮付け 納豆和え　りんご　麦茶	せんべい／ビスケット 牛乳	味噌　サバ　納豆　牛乳	米　小切麸　砂糖 無塩バター　薄力粉　ごま クラッカー　おこめせん ウエハース	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
25	水	せんべい 牛乳	ご飯　味噌汁 かれいの磯辺焼き 野菜炒め　グレープフルーツ　麦茶	ひじきココア パウンドケーキ 牛乳	味噌　かれい　牛乳　クリーム	米　油　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　南瓜　万能ねぎ　焼きのり キャベツ　人参　玉ねぎ グレープフルーツ　ひじき　大根	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
26	木	ミニアスパラガス 牛乳	具だくさんうどん さつま芋の甘煮　チーズ　麦茶	せんべい／ビスケット 牛乳	豚肉　焼き竹輪 かつおだしパック　チーズ　牛乳	うどん　油　さつま芋　砂糖 ビスケット　小魚せんべい マンナビスケット	人参　白菜　長ねぎ　ほうれん草 レーズン	水　こいくちしょうゆ みりん　塩　料理酒　麦茶
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　ジョア　麦茶	アップルパイ 牛乳	味噌　木綿豆腐　鶏肉 ジョア　牛乳　クリーム	米　油　春雨 ノンエッグマヨネーズ　砂糖 パイシート　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　小松菜	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 グレープフルーツ　麦茶	パンケーキ 牛乳	豚肉　味噌　牛乳	米　じゃが芋　パンケーキ 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 キャベツ　塩昆布　グレープフルーツ	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 レバー入りドライカレー フレンチツナサラダ　オレンジ 麦茶	牛乳フルーツかん 牛乳	豚肉　豚レバー　ツナ 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　　ミルキーホーム向小金園

日	曜	中期 お昼	中期 使用食材	後期 お昼	後期 使用食材	後期 午後	後期 使用食材
2	月	お粥　白菜の味噌汁 高野豆腐と大根の煮物 人参の煮物	米 昆布 水 白菜 味噌 高野豆腐 大根 玉ねぎ こいくちしょうゆ 人参	軟飯　白菜の味噌汁 高野豆腐と大根の煮物 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 玉ねぎ 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	お粥　かぼちゃの味噌汁 かれい玉ねぎの煮物 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	軟飯　かぼちゃの味噌汁 かれい玉ねぎの煮物 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	お粥　玉ねぎのスープ 豆腐と人参の煮物 きゅうりの煮物	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	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	お粥　大根のスープ 鶏ももとほうれん草の煮物 人参の煮物	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	軟飯　大根のスープ 鶏もも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	お粥　きゅうりのスープ しらすと玉ねぎの煮物 じゃが芋の煮物	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	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 バナナ	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 バナナ	ハイハイン	ハイハイン
9	月	お粥　麸の味噌汁 かれいとかぼちゃの煮物 大根の煮物	米 昆布 水 小切麸 味噌 かれい 南瓜 人参 こいくちしょうゆ 大根	軟飯　麸の味噌汁 かれいとかぼちゃの煮物 スティック大根	米 昆布 水 小切麸 味噌 かれい 南瓜 人参 こいくちしょうゆ 大根	納豆軟飯	米 納豆
10	火	お粥　玉ねぎのスープ 鶏ももとじゃが芋の味噌煮 人参の煮物	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	軟飯　玉ねぎのスープ 鶏ももとじゃが芋の味噌煮 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	ハイハイン	ハイハイン
11	水	豚肉と野菜入り煮込みうどん さつま芋の煮物	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	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 ピーマン こいくちしょうゆ
12	木	お粥　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	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	ハイハイン	ハイハイン
13	金	お粥　大根のスープ 鮭とキャベツの味噌煮 人参の煮物	米 昆布 水 大根 こいくちしょうゆ 鮭 キャベツ チンゲン菜 味噌 人参	軟飯　大根のスープ 鮭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 鮭 キャベツ チンゲン菜 味噌 人参 バナナ	だし軟飯	米 かつおだしパック
14	土	お粥　じゃが芋の味噌汁 豚肉と玉ねぎの煮物 きゅうりの煮物	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	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	ハイハイン	ハイハイン
16	月	お粥　麸のスープ レバー入り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 豚レバー キャベツ ピーマン 片栗粉 ブロッコリー	軟飯　麸のスープ レバー入り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 豚レバー 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	お粥　白菜の味噌汁 高野豆腐と大根の煮物 人参の煮物	米 昆布 水 白菜 味噌 高野豆腐 大根 玉ねぎ こいくちしょうゆ 人参	軟飯　白菜の味噌汁 高野豆腐と大根の煮物 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 玉ねぎ こいくちしょうゆ 人参 りんご	ハイハイン	ハイハイン
18	水	お粥　玉ねぎのスープ 鶏ももとじゃが芋の味噌煮 人参の煮物	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	軟飯　玉ねぎのスープ 鶏ももとじゃが芋の味噌煮 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
19	木	お粥　玉ねぎのスープ 豆腐と人参の煮物 きゅうりの煮物	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	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	ハイハイン	ハイハイン
20	金	お粥　麸の味噌汁 たらとかぶの煮物 人参の煮物	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	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	ハイハイン	ハイハイン
21	土	お粥　きゅうりのスープ しらすと玉ねぎの煮物 じゃが芋の煮物	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	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 バナナ	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 バナナ	ハイハイン	ハイハイン
24	火	お粥　麸の味噌汁 かれいとかぼちゃの煮物 大根の煮物	米 昆布 水 小切麸 味噌 かれい 南瓜 人参 こいくちしょうゆ 大根	軟飯　麸の味噌汁 かれいとかぼちゃの煮物 スティック大根 りんご煮	米 昆布 水 小切麸 味噌 かれい 南瓜 人参 こいくちしょうゆ 大根 りんご	ハイハイン	ハイハイン
25	水	お粥　かぼちゃの味噌汁 かれい玉ねぎの煮物 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	軟飯　かぼちゃの味噌汁 かれい玉ねぎの煮物 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
26	木	豚肉と野菜入り煮込みうどん さつま芋の煮物	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	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	ハイハイン	ハイハイン
27	金	お粥　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	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	お粥　じゃが芋の味噌汁 豚肉と玉ねぎの煮物 きゅうりの煮物	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	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	お粥　麸のスープ レバー入り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 豚レバー キャベツ ピーマン 片栗粉 ブロッコリー	軟飯　麸のスープ レバー入り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 豚レバー 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