



11月 献立表



令和7年

ミルキーホーム

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	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 ほうじ茶	カップゼリー クラッカー 牛乳	鶏肉 厚揚げ 味噌 干しえび 牛乳	米 油 小切麴 砂糖 クラッカー カップゼリー 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 ほうじ 茶
4	火	ビスケット 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 ほうじ茶	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 なめ苺 りんご	水 万能つゆ 塩 みりん こいくちしょうゆ ほうじ茶
5	水	クラッカー 牛乳	丸パン コーンクリームスープ チキンナゲット 人参ドレッシングサラダ オレンジ ほうじ茶	おかかおにぎり 小魚 ほうじ茶	鶏肉 木綿豆腐 かつお節 煮干し 牛乳 豆乳	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 コーンクリーム	水 塩 こいくちしょうゆ トマトケチャップ 人参ドレッシング ほうじ茶 こいくちしょうゆ
6	木	せんべい 牛乳	ご飯 ビーフンスープ 鶏肉の味噌焼き キャベツとツナのマヨサラダ グレープフルーツ	りんごゼリー 牛乳	鶏肉 味噌 ツナ 牛乳	米 ビーフン 砂糖 ノンエツ グマヨネーズ 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 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 ほうじ茶
7	金	せんべい 牛乳	【立冬】ご飯 味噌汁 かれいのきのこあんかけ おかか和え チーズ ほうじ茶	スコーン 牛乳	味噌 油揚げ かれい かつお 節 チーズ 牛乳	米 さつま芋 砂糖 片栗粉 ホットケーキミックス 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 ほうじ茶
8	土	せんべい 牛乳	豚丼 味噌汁 きゅうりの塩昆布和え パナナ ほうじ茶	カップゼリー せんべい 牛乳	豚肉 味噌 高野豆腐 牛乳	米 カップゼリー 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 ほうじ 茶
10	月	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 ほうじ茶	ごまサブレ 牛乳	味噌 鶏肉 かつお節 牛乳	米 油 砂糖 薄力粉 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 ほうじ茶
11	火	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 ほうじ茶	豆乳フルーツかん 牛乳	豚肉 豚レバー 豆乳 牛乳	米 玄米 油 砂糖 せんべい	玉ねぎ 人参 バセリ 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 殺物酢 ほうじ茶
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 ほうじ茶	ひじきココアパウダーケ ーキ 牛乳	味噌 木綿豆腐 さば 牛乳	米 ごま油 砂糖 ノンエツグマヨネーズ 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 ココア	水 塩 料理酒 こいくちしょうゆ ほうじ茶 ココア
13	木	せんべい 牛乳	具だくさんうどん さつま芋の甘煮 チーズ ほうじ茶	ピラフ ほうじ茶	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 米 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 ほうじ 茶 チキンスープの素
14	金	せんべい 牛乳	【七五三祝い】ちらし寿司 すまし汁 紅白きんぴら ジョア ほうじ茶	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 花鮭 バイン缶 いちごジャム せんべい	人参 干しいたけ コーン 焼きのり 大根 みつば キャベツ チンゲン菜 れんこん	水 殺物酢 塩 みりん 料理酒 こいくちしょうゆ ほうじ茶
15	土	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 ほうじ茶	カップゼリー クラッカー 牛乳	鶏肉 厚揚げ 味噌 干しえび 牛乳	米 油 小切麴 砂糖 クラ ッカー 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 ほうじ 茶
17	月	せんべい 牛乳	ご飯 味噌汁 じゃが芋のそぼろ煮 フロccoliーサラダ チーズ ほうじ茶	スパゲティナポリタン 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 スパゲティ 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 殺物酢 ほうじ茶 トマトケチャップ チキンスープの素 塩
18	火	ビスケット 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 ほうじ茶	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 なめ苺 りんご	水 万能つゆ 塩 みりん こいくちしょうゆ ほうじ茶
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 ほうじ茶	おかかおにぎり 小魚 ほうじ茶	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 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	シチューフレック 水 塩 トマトケチャップ 中濃ソース 人参ドレッシング ほうじ茶 こいくちしょうゆ
20	木	せんべい 牛乳	ご飯 ビーフンスープ 鶏肉の味噌焼き キャベツとツナのマヨサラダ グレープフルーツ ほうじ茶	フルーツパンサンド 牛乳	鶏肉 味噌 ツナ 豆乳クリ ム 牛乳	米 ビーフン 砂糖 ノンエツグマヨネーズ フルーツパン 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 コーンクリーム	水 チキンスープの素 こいくちしょうゆ みりん 料理酒 塩 ほうじ茶
21	金	せんべい 牛乳	【小雪】ご飯 味噌汁 たらこの風味焼き 里芋と厚揚げの煮物 柿 ほうじ茶	スコーン 牛乳	味噌 たら 厚揚げ 牛乳	米 小切麴 砂糖 里芋 片栗粉 ホットケーキミックス 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 ほうじ茶
22	土	せんべい 牛乳	豚丼 味噌汁 きゅうりの塩昆布和え パナナ ほうじ茶	カップゼリー せんべい 牛乳	豚肉 味噌 高野豆腐 牛乳	米 カップゼリー 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 ほうじ 茶
25	火	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 ほうじ茶	豆乳フルーツかん 牛乳	豚肉 豚レバー 豆乳 牛乳	米 玄米 油 砂糖 せんべい	玉ねぎ 人参 バセリ 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 殺物酢 ほうじ茶
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 ほうじ茶	ひじきココアパウダーケ ーキ 牛乳	味噌 木綿豆腐 さば 牛乳	米 ごま油 ノンエツグマヨネーズ 砂糖 せんべい ホットケーキミックス	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 ココア	水 塩 料理酒 こいくちしょうゆ ほうじ茶 ココア
27	木	せんべい 牛乳	具だくさんうどん さつま芋の甘煮 チーズ ほうじ茶	ピラフ ほうじ茶	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 米 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 ほうじ 茶 チキンスープの素
28	金	せんべい 牛乳	ご飯 味噌汁 鮭のしょうゆ焼き 甘酢和え ジョア ほうじ茶	アップルパイ 牛乳	味噌 油揚げ 鮭 ジョア 牛乳	米 薄力粉 油 りんごジャム 砂糖 バイン缶 せんべい	植物だし 玉ねぎ わかめ キャベツ 人参 きゅうり	水 塩 料理酒 こいくちしょうゆ みりん 殺物酢 ほうじ茶
29	土	クラッカー 牛乳	中華あんかけ丼 中華スープ じゃが芋のソテー オレンジ ほうじ茶	カップゼリー ビスケット 牛乳	豚肉 牛乳	米 油 砂糖 片栗粉 ごま油 じゃが芋 カップゼリー 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 ほうじ茶

☆ 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	589	22.1	19	270	1.6
	平均量	560	21	18.6	268	1.6
乳児	目標量	494	18.5	15.9	225	1.3
	平均量	484	17.9	16.2	275	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。

令和7年 11月



離乳食献立表



ミルキーホーム

		初期	中期	後期	
日	曜	お昼	お昼	お昼	午後
1	土	お粥 スープ 小松菜ペースト 人参ペースト	お粥 鮭の味噌汁 鶏ももとお小松菜の煮物 人参の煮物	軟飯 鮭の味噌汁 鶏ももとお小松菜の煮物 スティック人参	玉ねぎ軟飯
4	火	お粥 スープ キャベツペースト 大根ペースト	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 スープ 玉ねぎペースト チンゲン菜ペースト	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 スープ キャベツペースト 人参ペースト	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 スープ かれいペースト ほうれん草ペースト	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 スープ 人参ペースト きゅうりペースト	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 スープ 大根ペースト かぼちゃペースト	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 玉ねぎペースト キャベツペースト	お粥 鮭のスープ 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 鮭のスープ 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 スープ 豆腐ペースト ブロッコリーペースト	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	お粥 スープ 白菜ペースト さつま芋ペースト	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 スープ キャベツペースト チンゲン菜ペースト	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 スープ 小松菜ペースト 人参ペースト	お粥 鮭の味噌汁 鶏ももとお小松菜の煮物 人参の煮物	軟飯 鮭の味噌汁 鶏ももとお小松菜の煮物 スティック人参	玉ねぎ軟飯
17	月	お粥 スープ じゃが芋ペースト ブロッコリーペースト	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 スープ キャベツペースト 大根ペースト	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 スープ 玉ねぎペースト チンゲン菜ペースト	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 スープ キャベツペースト 人参ペースト	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 スープ かぶペースト ほうれん草ペースト	お粥 鮭の味噌汁 たらとかぶの煮物 ほうれん草の煮物	軟飯 鮭の味噌汁 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 スープ 人参ペースト きゅうりペースト	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 玉ねぎペースト キャベツペースト	お粥 鮭のスープ 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 鮭のスープ 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 スープ 豆腐ペースト ブロッコリーペースト	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	お粥 スープ 白菜ペースト さつま芋ペースト	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 スープ キャベツペースト 人参ペースト	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 スープ チンゲン菜ペースト じゃが芋ペースト	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