



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	麦茶 牛乳	焼き鳥丼 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	パンケーキ せんべい 牛乳 麦茶	鶏肉 味噌 干しえび 牛乳	米 油 小切鰹 砂糖 パンケーキ 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	麦茶 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 ビスケット 牛乳 麦茶	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	麦茶 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	わかめおにぎり 麦茶 牛乳	鶏肉 木綿豆腐 牛乳	丸パン パン粉 薄力粉 油 米	人参 玉ねぎ もやし パプリカ チンゲン菜 オレンジ わかめご飯の素	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
6	木	麦茶 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 小魚せんべい 牛乳 麦茶	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 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 麦茶
7	金	麦茶 牛乳	【立冬】ご飯 味噌汁 かれいのきのごあんかけ ごま和え チーズ 麦茶	ヨーグルトスコーン 牛乳 麦茶	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	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	麦茶 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 牛乳 麦茶	豚肉 味噌 高野豆腐 牛乳	米 オレンジゼリー 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	麦茶 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 麦茶	味噌 鶏肉 かつお節 牛乳	米 油 無塩バター 砂糖 薄力粉 ごま	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	麦茶 牛乳	ご飯 味噌汁 赤魚の香味焼き 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 麦茶	味噌 木綿豆腐 赤魚 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	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
12	水	麦茶 牛乳	ご飯 ポークカレー わかめサラダ バイン缶 麦茶	せんべい ウエハース 牛乳 麦茶	豚肉 牛乳	米 油 砂糖 ごま せんべい ウエハース	玉ねぎ 人参 じゃがいも キャベツ コーン わかめ バイン缶	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 麦茶
13	木	麦茶 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 麦茶	油揚げ 鮭 かつおだしパック 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	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	水 穀物酢 塩 みりん 料理酒 こいくちしょうゆ 麦茶
14	金	麦茶 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 麦茶	豚肉 焼き竹輪 かつおだしパック チーズ 鶏肉 牛乳	うどん 油 さつま芋 砂糖 米 無塩バター	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
15	土	麦茶 牛乳	焼き鳥丼 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	パンケーキ せんべい 牛乳 麦茶	鶏肉 味噌 干しえび 牛乳	米 油 小切鰹 砂糖 パンケーキ 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	麦茶 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 麦茶	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	麦茶 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 ビスケット 牛乳 麦茶	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	麦茶 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 牛乳 麦茶	鶏肉 木綿豆腐 かつお節 牛乳	丸パン パン粉 薄力粉 油 米	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	麦茶 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 麦茶	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	麦茶 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 柿 麦茶	ベビーカステラ 牛乳 麦茶	味噌 たら 厚揚げ ヨーグルト 牛乳	米 小切鰹 砂糖 ごま 里芋 片栗粉 無塩バター ホットケーキミックス	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	麦茶 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 麦茶	豚肉 味噌 高野豆腐 牛乳	米 オレンジゼリー 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 麦茶
25	火	麦茶 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	豆乳フルーツかん せんべい 牛乳 麦茶	豚肉 豚レバー 豆乳 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 カレールウ 穀物酢 麦茶
26	水	麦茶 牛乳	ご飯 味噌汁 赤魚の香味焼き 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 麦茶	味噌 木綿豆腐 赤魚 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	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
27	木	麦茶 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 麦茶	豚肉 焼き竹輪 かつおだしパック チーズ 鶏肉 牛乳	うどん 油 さつま芋 砂糖 米 無塩バター	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
28	金	麦茶 牛乳	ご飯 味噌汁 鮭のバターしょうゆ焼き 甘酢和え ジョア 麦茶	アップルパイ 牛乳 麦茶	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 バイシート	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	麦茶 牛乳	中華丼 中華スープ じゃが芋のソテー オレンジ 麦茶	カップゼリー(青りんご) ミニアスパラガス 牛乳 麦茶	豚肉 牛乳	米 油 砂糖 片栗粉 ごま油 じゃが芋 ビスケット 青りんごゼリー	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 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	目標量	589	22.1	19	270
児	平均量	560	21	18.6	268
乳	目標量	494	18.5	15.9	225
児	平均量	484	17.9	16.2	275

☆ 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 鶏ももとお大根の煮物 かぼちゃの煮物	軟飯 人参の味噌汁 鶏ももとお大根の煮物 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 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
14	金	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
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