



# 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<br>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<br>もやしと干しえびの和え物 グレープフルーツ           | パンケーキ、クラッカー牛乳                   | 鶏肉 厚揚げ 味噌<br>干しえび 牛乳             | 米 油 小切麩 砂糖<br>パンケーキ クラッカー<br>しらす&わかめせんべい              | 人参 玉ねぎ ピーマン 植物だし<br>小松菜 もやし グレープフルーツ                          | 水 こいくちしょうゆ<br>みりん 料理酒 塩 麦茶                                 |
| 4  | 火 | ルヴァンプライムビスケット牛乳 | ご飯 味噌汁<br>豚肉と高野豆腐の煮物<br>海苔和え りんご                 | 焼き芋牛乳                           | 味噌 豚肉 高野豆腐<br>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<br>玉ねぎ 人参 ごぼう グリンピース<br>大根 刻みのり りんご           | 水 万能つゆ 塩 みりん<br>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<br>チキンナゲット<br>フレンチサラダ オレンジ            | おかかおにぎり<br>小魚(以上児クラス)<br>麦茶     | 鶏肉 木綿豆腐 かつお節<br>煮干し 牛乳           | 丸パン パン粉 薄力粉 油<br>米 クラッカー 砂糖                           | 人参 玉ねぎ もやし パプリカ<br>チンゲン菜 オレンジ                                 | シチューフレーク 水 塩<br>トマトケチャップ 麦茶<br>こいくちしょうゆ 穀物酢                |
| 6  | 木 | どうぶつビスケット牛乳     | レバー入りドライカレーライス コンソメスープ<br>わかめサラダ パナナ             | 豆乳フルーツかん牛乳                      | 豚肉 豚レバー 豆乳<br>牛乳                 | 米 玄米 油 砂糖<br>ビスケット                                    | 玉ねぎ 人参 バセリ キャベツ<br>コーン わかめ パナナ 寒天<br>パイン缶 黄桃缶 ほうれん草 えのき<br>たけ | 水 トマトケチャップ<br>中濃ソース チキンスープの素<br>こいくちしょうゆ 塩<br>カレールウ 穀物酢 麦茶 |
| 7  | 金 | アンパンマンせんべい牛乳    | 【立冬】ご飯 味噌汁<br>かれのいのきのこあんかけ<br>しらす和え チーズ          | ヨーグルトスコーン牛乳                     | 味噌 油揚げ かれい しらす<br>チーズ ヨーグルト 牛乳   | 米 さつま芋 砂糖 片栗粉<br>無塩バター ホットケーキミックス<br>せんべい             | 植物だし 長ねぎ 玉ねぎ しめじ<br>まいたけ 白菜 人参 ほうれん草<br>レーズン                  | 水 料理酒<br>こいくちしょうゆ みりん<br>麦茶                                |
| 8  | 土 | ルヴァンプライムビスケット牛乳 | 豚丼 味噌汁<br>きゅうりの塩昆布和え パナナ                         | カップゼリー(オレンジ)<br>カルシウムせんべい牛乳     | 豚肉 味噌 高野豆腐<br>牛乳                 | 米 オレンジゼリー сенべい<br>ビスケット                              | 玉ねぎ 人参 グリンピース<br>植物だし チンゲン菜 きゅうり<br>もやし 塩昆布 パナナ               | 水 料理酒 万能つゆ<br>塩 こいくちしょうゆ 麦茶                                |
| 10 | 月 | しらす&わかめせんべい牛乳   | ご飯 味噌汁<br>鶏肉と大根の煮物<br>おかか和え オレンジ                 | クッキー牛乳                          | 味噌 鶏肉 かつお節<br>牛乳                 | 米 油 無塩バター 砂糖<br>薄力粉 しらす&わかめせんべい                       | 植物だし 干しいたけ 南瓜 人参<br>大根 グリンピース 白菜 オレンジ                         | 水 万能つゆ<br>こいくちしょうゆ みりん<br>麦茶                               |
| 11 | 火 | ハイハイン牛乳         | ご飯 中華スープ<br>鶏肉の中華風味噌焼き<br>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<br>ビスケット(ルヴァンプライム)<br>牛乳 | 鶏肉 味噌 ツナ 牛乳                      | 米 ごま油 中華麺 砂糖<br>ノンエッグマヨネーズ<br>ハイハイン ビスケット             | 小松菜 しょうが にんにく キャベツ<br>人参 きゅうり グレープフルーツ<br>りんごジュース アガー         | 水 チキンスープの素<br>こいくちしょうゆ みりん<br>料理酒 塩 麦茶                     |
| 12 | 水 | アンパンマンせんべい牛乳    | ご飯 味噌汁<br>赤魚の香味焼き<br>大根の和風マヨ和え パナナ               | ひじきココアパウンドケーキ牛乳                 | 味噌 木綿豆腐 赤魚<br>牛乳                 | 米 ごま油 ノンエッグマヨネーズ<br>無塩バター 砂糖<br>ホットケーキミックス сенべい      | 植物だし チンゲン菜 しょうが 大根<br>人参 ブロッコリー パナナ ひじき                       | 水 塩 料理酒<br>こいくちしょうゆ 麦茶<br>ココア                              |
| 13 | 木 | クラッカー牛乳         | 具だくさんうどん<br>さつま芋の甘煮 チーズ                          | ピラフ麦茶                           | 豚肉 焼き竹輪<br>かつおだしパック チーズ<br>鶏肉 牛乳 | うどん 油 さつま芋 砂糖<br>米 無塩バター クラッカー                        | 人参 白菜 長ねぎ ほうれん草<br>レーズン 玉ねぎ ピーマン                              | 水 こいくちしょうゆ<br>みりん 塩 料理酒 麦茶<br>チキンスープの素                     |
| 14 | 金 | ハイハイン牛乳         | 丸パン シチュー風スープ<br>チキンナゲット<br>フレンチサラダ オレンジ          | おかかおにぎり<br>小魚(以上児クラス)<br>麦茶     | 鶏肉 木綿豆腐 かつお節<br>煮干し 牛乳           | 丸パン パン粉 薄力粉 油<br>米 砂糖 ハイハイン                           | 人参 玉ねぎ もやし パプリカ<br>チンゲン菜 オレンジ                                 | シチューフレーク 水 塩<br>トマトケチャップ 麦茶<br>こいくちしょうゆ 穀物酢                |
| 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<br>もやしと干しえびの和え物 グレープフルーツ           | パンケーキ、クラッカー牛乳                   | 鶏肉 厚揚げ 味噌<br>干しえび 牛乳             | 米 油 小切麩 砂糖<br>パンケーキ クラッカー<br>しらす&わかめせんべい              | 人参 玉ねぎ ピーマン 植物だし<br>小松菜 もやし グレープフルーツ                          | 水 こいくちしょうゆ<br>みりん 料理酒 塩 麦茶                                 |
| 17 | 月 | ルヴァンプライムビスケット牛乳 | 【七五三祝い】ちらし寿司 すまし汁<br>味噌ドレッシングサラダ ジョア             | 千歳飴風スティックパイ牛乳                   | 鮭 鶏肉<br>味噌 ジョア 牛乳                | 米 砂糖 ごま油<br>パイシート 無塩バター<br>いちごジャム ビスケット               | 人参 干しいたけ コーン 焼きのり<br>大根 みつば キャベツ チンゲン菜                        | 水 穀物酢 塩 みりん<br>料理酒 こいくちしょうゆ<br>麦茶                          |
| 18 | 火 | アンパンマンせんべい牛乳    | ご飯 味噌汁<br>豚肉と高野豆腐の煮物<br>海苔和え りんご                 | 焼き芋牛乳                           | 味噌 豚肉 高野豆腐<br>牛乳                 | 米 油 さつま芋 сенべい                                        | 植物だし 干しいたけ キャベツ<br>玉ねぎ 人参 ごぼう グリンピース<br>大根 刻みのり りんご           | 水 万能つゆ 塩 みりん<br>こいくちしょうゆ 麦茶                                |
| 19 | 水 | クラッカー牛乳         | ご飯 味噌汁<br>じゃが芋のそぼろ煮<br>ブロッコリーサラダ チーズ             | 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<br>片栗粉 ごま油 スパゲティ<br>クラッカー                 | 植物だし 白菜 わかめ 玉ねぎ<br>人参 ブロッコリー 切干大根 コーン                         | 水 こいくちしょうゆ<br>みりん 料理酒 穀物酢<br>麦茶 トマトケチャップ<br>チキンスープの素 塩     |
| 20 | 木 | どうぶつビスケット牛乳     | ご飯 ビーフンスープ<br>鶏肉の中華風味噌焼き<br>キャベツとツナのマヨサラダ パナナ    | フルーツパンサンド牛乳                     | 鶏肉 味噌 ツナ クリーム<br>牛乳              | 米 ごま油 ビーフン 砂糖<br>ノンエッグマヨネーズ<br>フルーツパン いちごジャム<br>ビスケット | 小松菜 しょうが にんにく キャベツ<br>人参 きゅうり パナナ                             | 水 チキンスープの素<br>こいくちしょうゆ みりん<br>料理酒 塩 麦茶                     |
| 21 | 金 | しらす&わかめせんべい牛乳   | 【小雪】ご飯 味噌汁<br>たらのみりん焼き<br>里芋と厚揚げの煮物 柿            | ヨーグルトスコーン牛乳                     | 味噌 たら 厚揚げ<br>ヨーグルト 牛乳            | 米 小切麩 砂糖<br>里芋 片栗粉 無塩バター<br>ホットケーキミックス<br>しらす&わかめせんべい | 植物だし かぶ ほうれん草 人参<br>グリンピース かき レーズン しょうが                       | 水 こいくちしょうゆ<br>みりん 料理酒 万能つゆ<br>麦茶                           |
| 22 | 土 | ルヴァンプライムビスケット牛乳 | 豚丼 味噌汁<br>きゅうりの塩昆布和え パナナ                         | カップゼリー(オレンジ)<br>カルシウムせんべい牛乳     | 豚肉 味噌 高野豆腐<br>牛乳                 | 米 オレンジゼリー сенべい<br>ビスケット                              | 玉ねぎ 人参 グリンピース<br>植物だし チンゲン菜 きゅうり<br>もやし 塩昆布 パナナ               | 水 料理酒 万能つゆ<br>塩 こいくちしょうゆ 麦茶                                |
| 25 | 火 | どうぶつビスケット牛乳     | レバー入りドライカレーライス コンソメスープ<br>わかめサラダ りんご             | 豆乳フルーツかん牛乳                      | 豚肉 豚レバー 豆乳<br>牛乳                 | 米 玄米 油 砂糖<br>ビスケット                                    | 玉ねぎ 人参 バセリ キャベツ<br>コーン わかめ りんご 寒天<br>パイン缶 黄桃缶                 | 水 トマトケチャップ 中濃ソース<br>こいくちしょうゆ 塩<br>カレールウ 穀物酢<br>麦茶 チキンスープの素 |
| 26 | 水 | アンパンマンせんべい牛乳    | ご飯 味噌汁<br>赤魚の香味焼き<br>大根の和風マヨ和え パナナ               | ひじきココアパウンドケーキ牛乳                 | 味噌 木綿豆腐 赤魚<br>牛乳                 | 米 ごま油 ノンエッグマヨネーズ<br>無塩バター 砂糖<br>ホットケーキミックス сенべい      | 植物だし チンゲン菜 しょうが 大根<br>人参 ブロッコリー パナナ ひじき                       | 水 塩 料理酒<br>こいくちしょうゆ 麦茶<br>ココア                              |
| 27 | 木 | しらす&わかめせんべい牛乳   | 具だくさんうどん<br>さつま芋の甘煮 チーズ                          | ピラフ麦茶                           | 豚肉 焼き竹輪<br>かつおだしパック チーズ<br>鶏肉 牛乳 | うどん 油 さつま芋 砂糖<br>米 無塩バター<br>しらす&わかめせんべい               | 人参 白菜 長ねぎ ほうれん草<br>レーズン 玉ねぎ ピーマン                              | 水 こいくちしょうゆ<br>みりん 塩 料理酒 麦茶<br>チキンスープの素                     |
| 28 | 金 | ルヴァンプライムビスケット牛乳 | 【誕生会】<br>ハンバーガー コンソメスープ<br>コールスローサラダ ジョア         | アップルパイ牛乳                        | ジョア 豚肉<br>牛乳 木綿豆腐                | 砂糖 パイシート ノンエッグマヨネーズ<br>丸パン パン粉<br>ビスケット               | 玉ねぎ わかめ キャベツ コーン<br>人参 きゅうり りんご                               | 水 塩 麦茶 チキンスープの素<br>トマトケチャップ 中濃ソース                          |
| 29 | 土 | クラッカー牛乳         | 中華あんかけ丼 中華スープ<br>じゃが芋のソテー オレンジ                   | チーズ<br>どうぶつビスケット牛乳              | 豚肉 チーズ 牛乳                        | 米 油 砂糖 片栗粉<br>ごま油 じゃが芋 ビスケット<br>クラッカー                 | 人参 玉ねぎ チンゲン菜<br>干しいたけ もやし ピーマン<br>コーン オレンジ                    | 水 こいくちしょうゆ<br>料理酒 塩<br>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<br>(kcal) | たんぱく質<br>(g) | 脂質<br>(g) | カルシウム<br>(mg) | 食塩相当量<br>(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。  
☆ 献立には食材や天候により、おいしくて安全な給食を提供するために内容を変更する場合がございます。  
☆ 献立には一切、鶏卵を使用しておりません。献立に使用している食材で食べたことのない物がある場合は、事前にご家庭で2回以上食べてみてアレルギー反応が出ないか確認をお願いします。

令和7年11月  離乳食献立表 ミルキーホーム天王台園

|    |   | 後期                                                  |                |
|----|---|-----------------------------------------------------|----------------|
| 日  | 曜 | お昼                                                  | 午後おやつ          |
| 1  | 土 | 軟飯 麴の味噌汁<br>鶏ひき肉と小松菜の煮物<br>人参スティック                  | しらす&わかめせんべい    |
| 4  | 火 | 軟飯 玉ねぎの味噌汁<br>高野豆腐とキャベツの煮物<br>人参の煮物 大根スティック         | さつま芋スティック      |
| 5  | 水 | スティックパン パプリカのスープ<br>鶏そぼろと玉ねぎの煮物<br>チンゲン菜の煮物 人参スティック | おかか軟飯          |
| 6  | 木 | 軟飯 ほうれん草のスープ<br>豚ひき肉と玉ねぎの味噌煮<br>キャベツの煮物 人参スティック     | ウエハース          |
| 7  | 金 | 軟飯 人参の味噌汁<br>かれいと白菜の煮物<br>ほうれん草の煮物 さつま芋スティック        | ハイハイ           |
| 8  | 土 | 軟飯 チンゲン菜の味噌汁<br>鶏ひき肉と人参の煮物<br>きゅうりスティック             | バナナ            |
| 10 | 月 | 軟飯 白菜の味噌汁<br>鶏ひき肉と大根の煮物<br>かぼちゃの煮物 人参スティック          | しらす&わかめせんべい    |
| 11 | 火 | 軟飯 小松菜のスープ<br>鶏ひき肉とキャベツの煮物<br>人参の煮物 きゅうりスティック       | アンパンマンのベビーせんべい |
| 12 | 水 | 軟飯 チンゲン菜の味噌汁<br>豆腐と人参の煮物<br>ブロッコリーの煮物 大根スティック       | バナナ            |
| 13 | 木 | 豚ひき肉とほうれん草の煮込みうどん<br>人参の煮物<br>さつま芋スティック             | ケチャップ軟飯        |
| 14 | 金 | スティックパン 玉ねぎのスープ<br>豆腐とパプリカの味噌煮<br>チンゲン菜の煮物 人参スティック  | おかか軟飯          |
| 15 | 土 | 軟飯 麴の味噌汁<br>鶏ひき肉と小松菜の煮物<br>人参スティック                  | しらす&わかめせんべい    |
| 17 | 月 | 軟飯 チンゲン菜のスープ<br>鮭と大根の煮物<br>キャベツの煮物 人参スティック          | ウエハース          |
| 18 | 火 | 軟飯 玉ねぎの味噌汁<br>高野豆腐とキャベツの煮物<br>人参の煮物 大根スティック         | さつま芋スティック      |
| 19 | 水 | 軟飯 白菜の味噌汁<br>豚ひき肉と玉ねぎの煮物<br>人参の煮物 ブロッコリースティック       | じゃが芋スティック      |
| 20 | 木 | 軟飯 小松菜のスープ<br>鶏ひき肉とキャベツの味噌煮<br>きゅうりの煮物 人参スティック      | しらす&わかめせんべい    |
| 21 | 金 | 軟飯 麴の味噌汁<br>たらとかぶの煮物<br>ほうれん草の煮物 人参スティック            | ハイハイ           |
| 22 | 土 | 軟飯 チンゲン菜の味噌汁<br>豚ひき肉と人参の煮物<br>きゅうりスティック             | バナナ            |
| 25 | 火 | 軟飯 ほうれん草のスープ<br>鶏そぼろと玉ねぎの煮物<br>キャベツの煮物 人参スティック      | しらす&わかめせんべい    |
| 26 | 水 | 軟飯 チンゲン菜の味噌汁<br>豆腐と人参の煮物<br>ブロッコリーの煮物 大根スティック       | バナナ            |
| 27 | 木 | 豚ひき肉とほうれん草の煮込みうどん<br>人参の煮物<br>さつま芋スティック             | ケチャップ軟飯        |
| 28 | 金 | スティックパン 玉ねぎのスープ<br>たらとキャベツの煮物<br>きゅうりの煮物 人参スティック    | アンパンマンのベビーせんべい |
| 29 | 土 | 軟飯 人参のスープ<br>豚ひき肉とチンゲン菜の煮物<br>じゃが芋スティック             | ハイハイ           |