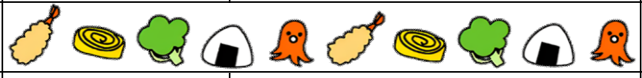
予定献立表

令和 8年　11月

認定こども園　根岸保育園

新メニュー　手作りおやつ

	献立名	離乳食	材料名	おやつ	
2 月	すき昆布煮　ナゲット　バナナ 鯖玉丼　ちくわの味噌汁	鶏肉のだし煮 玉葱と人参のミルク煮	すき昆布　人参　鶏肉　さつま揚げ　ナゲット　バナナ 鯖缶　鶏卵　玉葱　ちくわ　小松菜　油揚	前 後	牛乳 牛乳　クリームパン
3 火	文化の日				
4 水	福神漬　カルピスポンチ イカリングカレーライス　大根スープ	マッシュポテト 大根とほうれん草のだし煮	福神漬　みかん缶　パイン缶　黄桃缶　カルピス イカリング　じゃが芋　人参　玉葱　大根　ほうれん草	前 後	牛乳 りんごJ　黒糖パン
5 木	小松菜のもやし和え　オレンジ 親子丼　山形風芋煮汁	小松菜と人参のミルク煮 里芋と玉葱のだし煮	小松菜　もやし　人参　鰹節　オレンジ 鶏肉　玉葱　鶏卵　牛肉　里芋　ごぼう　舞茸　長葱	前 後	ヤクルト 牛乳　肉まん
6 金	のり塩唐揚げ　ツナマヨサラダ ジャムサンド　ポトフ　柿	鶏肉のスープ煮 玉葱とツナのだし煮	鶏肉　青のり　シーチキン　きゅうり　マヨネーズ 食パン　いちごジャム　ウインナー　人参　玉葱　柿	前 後	牛乳 牛乳　バナナホットケーキ
7 土	中華そば　オレンジ 餃子　もやしの酢の物	ほうれん草のミルク煮 豚肉ともやしのだし煮	中華麺　豚肉　長葱　ほうれん草　なると　オレンジ 餃子　もやし　ハム　白ごま　きゅうり	前 後	牛乳 麦茶　お菓子
9 月	焼魚(ほっけ)　切干大根煮　桃ゼリー なめ茸ご飯　豆腐の味噌汁	トロトロ豆腐 人参のミルク煮	ほっけ　切干大根　人参　ちくわ　桃ゼリー なめ茸　ツナ缶　木綿豆腐　白玉麩　小葱	前 後	牛乳 牛乳　原宿ドック
10 火	鶏肉のさっぱり煮　春雨の酢の物 ふりかけごはん　豚汁　黄桃缶	キャベツのスープ煮 鶏肉と根菜のだし煮	鶏肉　うずら卵　人参　春雨　きゅうり　ハム 豚肉　ごぼう　キャベツ　しめじ　焼き豆腐　黄桃缶	前 後	飲むヨーグルト 牛乳　ピザまん
11 水	福神漬　パンプキンサラダ　梨 ハヤシライス　野菜スープ	トロトロ南瓜 白菜のミルク煮	福神漬　南瓜　玉葱　鶏卵　マヨネーズ　梨 牛肉　人参　じゃが芋　ベーコン　白菜	前 後	牛乳 麦茶　フライドポテト
12 木	焼肉(豚)　海藻サラダ　バナナ 白ごはん　高野豆腐の味噌汁	豚肉とピーマンのだし煮 玉葱のミルク煮	豚肉　ピーマン　パプリカ　白ごま　海藻　レタス　きゅうり 高野豆腐　玉葱　人参　バナナ	前 後	ヤクルト ジョア　焼きそばパン
13 金	キャベツと塩昆布のパスタ　ブロッコリーサラダ 牛乳パン　ワカメスープ　パイン缶	ブロッコリーのスープ煮 鶏肉とキャベツのだし煮	キャベツ　塩昆布　ベーコン　ブロッコリー　粒コーン 牛乳パン　ワカメ　鶏肉　人参　玉葱　白ごま　パイン缶	前 後	牛乳 ぶどうゼリー　おせんべい
14 土	豚骨しょうゆラーメン　柿 メンチカツ　生野菜　トマト	トロトロトマト キャベツのミルク煮	中華麺　焼き豚　鶏卵　長葱　豚挽肉　柿 メンチカツ　キャベツ　きゅうり　トマト	前 後	牛乳 麦茶　お菓子
16 月	バラ焼き　きゅうりの酢の物　りんご 白ごはん　えのきの味噌汁	玉葱と豆腐のだし煮 人参のミルク煮	牛肉　玉葱　にんにく　生姜　きゅうり　ワカメ　りんご えのきたけ　木綿豆腐　油揚　人参	前 後	牛乳 牛乳　スティックラスク
17 火	肉じゃが　小松菜のひじき和え　柿 カルシウム納豆ごはん　白菜の味噌汁	白菜としらすのスープ煮 小松菜と人参のミルク煮	豚肉　じゃが芋　人参　玉葱　小松菜　ひじき　柿 ひきわり納豆　しらす　鰹節　白菜　油揚	前 後	飲むヨーグルト 牛乳　ウインナーロール
18 水	福神漬　マカロニサラダ　オレンジ ポークカレーライス　キャベツスープ	トロトロじゃが芋 マカロニと玉葱のミルク煮	福神漬　マカロニ　ハム　きゅうり　鶏卵　オレンジ 豚肉　玉葱　人参　じゃが芋　キャベツ　粒コーン　鶏肉	前 後	ヤクルト りんごゼリー　おせんべい
19 木	酢豚　バンサンスー　バナナ 白ごはん　中華スープ	小松菜のミルク煮 トロトロさつま芋	豚肉　ピーマン　玉葱　人参　春雨　ハム　きゅうり 鶏肉　鶏卵　小松菜　干し椎茸　絹豆腐	前 後	牛乳 麦茶　お芋おやつ
20 金	鮭のマヨネーズ焼　白菜りんごサラダ　柿 ハムチーズサンド　パンプキンシチュー	白菜と人参のだし煮 マッシュパンプキン	鮭　粒コーン　マヨネーズ　白菜　りんご　レーズン　柿 食パン　ハム　マーガリン　南瓜　鶏肉　牛乳　玉葱	前 後	牛乳 まめぴよJ　あんまん
21 土	味噌ラーメン　梨 野菜コロッケ　生野菜	キャベツのだし煮 もやしと玉葱のスープ煮	中華麺　豚挽肉　もやし　なると　玉葱　人参　ニラ　梨 野菜コロッケ　キャベツ　きゅうり	前 後	牛乳 麦茶　お菓子
23 月	勤労感謝の日				
24 火	秋刀魚の塩焼き　ひじきの煮物　バナナ ふりかけごはん　なめこ汁	トロトロ豆腐 人参のミルク煮	秋刀魚　ひじき　豚挽肉　しらたき　油揚　人参　バナナ ふりかけ　なめこ　木綿豆腐　長葱	前 後	飲むヨーグルト 牛乳　レーズンパン
25 水	福神漬　キラキラゼリー ハンバーグカレーライス　モロヘイヤスープ	モロヘイヤのスープ煮 マッシュポテト	福神漬　ゼリーの素　チェリー缶　ハンバーグ 豚肉　玉葱　人参　じゃが芋　モロヘイヤ　しらす　鶏卵	前 後	牛乳 ヨーグルト　おせんべい
26 木	《お誕生会》ひじきミートボール　スマイルポテト　三色温野菜 芋栗ご飯　はんぺんのすまし汁　ラフランスゼリー	トロトロさつま芋 玉葱と人参のミルク煮	合挽肉　ひじき　玉葱　鶏卵　パン粉　スマイルポテト 栗　さつま芋　はんぺん　椎茸　人参　ラフランスゼリー	前 後	ヤクルト 牛乳　ロールケーキ
27 金	茄子入りボロネーゼパスタ　コールスローサラダ メロンパン　セロリスープ　オレンジ	セロリとワカメのだし煮 茄子とキャベツのミルク煮	ミートソース　茄子　玉葱　キャベツ　ハム メロンパン　セロリ　鶏卵　粒コーン　人参　オレンジ	前 後	牛乳 牛乳　クレープ
28 土	お弁当交流デー			前 後	牛乳 麦茶　お菓子
30 月	豚の生姜焼き　グリーンサラダ　りんご 白ごはん　長芋の味噌汁	ブロッコリーのスープ煮 玉葱と人参のだし煮	豚肉　生姜　玉葱　ブロッコリー　レタス　きゅうり　りんご 長芋　人参　ワカメ	前 後	牛乳 牛乳　豆腐ドーナツ
1 火	回鍋肉　豆苗ナムル　オレンジ 白ごはん　海鮮スンドゥブ	もやしと豆腐のだし煮 キャベツと豚肉のミルク煮	豚肉　キャベツ　人参　ピーマン　豆苗　もやし　オレンジ 鶏卵　ニラ　イカ　えび　あさり　木綿豆腐	前 後	飲むヨーグルト 牛乳　コロッケパン

今月の平均カロリー　455Kcal　平均たんぱく質　16.6g　平均脂質　18.6g　平均ナトリウム　1.5g