

2025 年 11 月 献 立 表

ひでみ保育園

日/曜	10時 おやつ	献 立	未満児 添加物	献 立 材 料	3時おやつ	材料
1/土	牛乳 お菓子	ちゃんぽん たたききゅうり みかん		中華麺 豚肉 玉葱 人参 キャベツ もやし かまぼこ 葱 牛乳 醤油 中華スープの素 きゅうり 醤油 胡麻油 みかん	牛乳 スイートポテト	牛乳 さつま芋 マーガリン 白砂糖
2/日		御飯 クリームシチュー 野菜サラダ バナナ		米 鶏肉 人参 玉葱 じゃが芋 シチューの素 レタス トマト きゅうり ドレッシング バナナ	麦茶 お菓子	麦茶 お菓子
3/月		御飯 餃子 和え物 味噌汁		米 冷凍餃子 キャベツ 人参 しめじ茸 小松菜 醤油 豆腐 ワカメ 油揚げ 小葱 味噌 いりこだし	麦茶 お菓子	麦茶 お菓子
4/火	牛乳 お菓子	御飯 魚マヨネーズ焼き 野菜きのこ和え 味噌汁		米 鮭 塩 玉葱 バセリ マヨネーズ キャベツ 小松菜 人参 しめじ茸 油揚げ 醤油 南瓜 ワカメ 油揚げ 葱 味噌 いりこだし	牛乳 焼き団子	牛乳 薄力粉 B・P 黒砂糖
5/水	牛乳 お菓子	御飯 炒り豆腐 さっぱりサラダ		米 鶏挽肉 豆腐 玉葱 人参 干し椎茸 葱 卵 醤油 いりこだし りんご レタス きゅうり 酢 醤油 サラダ油	牛乳 レーズンパン	牛乳 強力粉 白砂糖 塩 イースト スキムミルク 卵 マーガリン レーズン
6/木	牛乳 お菓子	御飯 ハンバーグ ツナサラダ コーンポタージュ		米 合挽肉 玉葱 人参 豆腐 卵 パン粉 塩こしょう ケチャップ ウスター ツナ缶 人参 きゅうり キャベツ レタス レッド玉葱 酢 醤油 ポタージュの素 クリームコーン缶 玉葱 牛乳	牛乳 カップケーキ	牛乳 薄力粉 B・P 卵 マーガリン 白砂糖
7/金	牛乳 お菓子	御飯 魚おろし煮 フレンチ和え 味噌汁	わかめ 飯	米 赤魚 塩 片栗粉 油 大根 醤油 いりこだし レタス 人参 きゅうり みかん缶 酢 醤油 豆腐 えのき茸 葱 油揚げ 味噌 いりこだし	牛乳 焼きおにぎり	牛乳 米 濃口醤油 みりん 胡麻 胡麻油
8/土	牛乳 お菓子	煮込みうどん 三色酢の物 バナナ		うどん乾麺 鶏肉 人参 油揚げ 玉葱 葱 かまぼこ 干し椎茸 醤油 いりこだし 大根 人参 きゅうり 胡麻 酢 醤油 バナナ	牛乳 ジャムサンド	牛乳 食パン いちごジャム
9/日		ナポリタン サラダ スープ		スパゲティ麺 ベーコン 玉葱 人参 ビーマン ソース レタス 人参 胡瓜 コーン缶 ドレッシング じゃが芋 玉葱 人参 コンソメ 醤油	麦茶 お菓子	麦茶 お菓子
10/月	牛乳 お菓子	御飯 牛肉丼 もやしとハムのサラダ		米 牛肉 玉葱 人参 かまぼこ 卵 葱 醤油 片栗粉 ロースハム もやし 人参 バセリ 酢 醤油	牛乳 大豆バー	牛乳 薄力粉 サラダ油 卵 白砂糖 呉汁の素 油
11/火	牛乳 お菓子	御飯 ボークビーンズ ピクルス	青菜飯	米 豚肉 大豆 じゃが芋 玉葱 人参 グリンピース ケチャップ ウスターソース 大根 人参 きゅうり レーズン 酢 醤油	牛乳 あん饅頭	牛乳 薄力粉 ミックス粉 B・P イースト サラダ油 粒餡
12/水	牛乳 お菓子	御飯 魚塩麴焼き ほうれん草胡麻和え 春雨スープ		米 赤魚 塩麴 みりん 酒 ほうれん草 キャベツ 人参 すり胡麻 醤油 春雨 人参 玉葱 干し椎茸 小葱 いりこだし 醤油	牛乳 南瓜蒸しパン	牛乳 薄力粉 卵 B・P 南瓜 白砂糖 レーズン
13/木	牛乳 お菓子	御飯 きのこ根菜カレー 野菜サラダ	みかん	米 鶏肉 しめじ茸 蓮根 人参 ごぼう 玉葱 インゲン カレールウ レタス きゅうり 人参 コーン缶 ドレッシング	牛乳 ウインナーパン	牛乳 強力粉 白砂糖 塩 イースト スキムミルク 卵 マーガリン ウインナー
14/金	牛乳 お菓子	御飯 魚胡麻風味揚げ 和風和え 味噌汁		米 赤魚 塩 片栗粉 油 すり胡麻 醤油 みりん キャベツ 人参 きゅうり 花かつお 醤油 大根 油揚げ ワカメ 葱 いりこだし	牛乳 オレンジ ほうれん草ケーキ	牛乳 オレンジ 薄力粉 卵 B・P サラダ油 牛乳 ほうれん草 白砂糖
15/土	牛乳 お菓子	カレーピラフ 野菜スープ オレンジ		米 鶏肉 玉葱 人参 グリンピース カレー粉 コンソメ キャベツ 人参 えのき茸 小葱 醤油 いりこだし オレンジ	牛乳 米粉チヂミ	牛乳 米粉 しらす干し 人参 ニラ いりこだし 胡麻油
16/日		御飯 野菜炒め かきたま汁 バナナ		米 豚肉 キャベツ 玉葱 人参 ビーマン 醤油 鶏ガラ of 素 卵 玉葱 ワカメ 小葱 醤油 いりこだし バナナ	麦茶 お菓子	麦茶 お菓子
17/月	牛乳 お菓子	御飯 豚肉とひじきの炒め物 じゃこ豆サラダ	豆腐の 味噌汁	米 豚肉 ひじき 人参 玉葱 ビーマン 醤油 胡麻油 しらす干し 大豆 キャベツ 人参 しめじ茸 胡麻 醤油	牛乳 オレンジ 岩石揚げ	牛乳 オレンジ 薄力粉 卵 しらす干し スキムミルク 人参 さつま芋 チーズ 油
18/火	牛乳 お菓子	御飯 鶏レバー唐揚げ ブロックリーサラダ 味噌汁		米 鶏レバー 鶏肉 片栗粉 油 パプリカ ビーマン 酒 白砂糖 醤油 みりん ブロックリー きゅうり キャベツ 人参 レーズン 胡麻 白砂糖 醤油 酢 胡麻油 じゃが芋 玉葱 油揚げ ワカメ 葱 味噌 いりこだし	牛乳 みかん ホットケーキ	牛乳 薄力粉 卵 B・P 牛乳 白砂糖 みかん
19/水	牛乳 お菓子	御飯 魚ビカタ 菜焼き 味噌汁		米 カレイ 薄力粉 粉チーズ 卵 バセリ 小松菜 白菜 人参 油揚げ 醤油 みりん 南瓜 玉葱 ワカメ 葱 味噌 いりこだし	牛乳 バナナケーキ	牛乳 薄力粉 卵 B・P マーガリン バナナ 白砂糖
20/木	牛乳 お菓子	御飯 麻婆豆腐 大根と水菜のサラダ	バナナ	米 豚挽き肉 豆腐 玉葱 人参 ニラ 味噌 醤油 酒 片栗粉 大根 水菜 ツナ缶 レモン 酢 醤油	牛乳 りんごパン	牛乳 強力粉 白砂糖 塩 イースト スキムミルク 卵 マーガリン りんご フリッツ
21/金	牛乳 お菓子	御飯 焼き魚野菜あんかけ フレンチ和え 味噌汁	棒 チーズ	米 赤魚 塩 玉葱 人参 えのき茸 インゲン 片栗粉 醤油 いりこだし レタス 人参 きゅうり みかん缶 酢 醤油 豆腐 ワカメ しめじ茸 葱 油揚げ 味噌 いりこだし	牛乳 小倉煮	牛乳 さつま芋 小豆 黒砂糖 塩
22/土	牛乳 お菓子	そぼろ混ぜご飯 紅白なます 味噌汁		米 合挽肉 卵 いんげん 人参 醤油 濃口醤油 酒 いりこだし 白砂糖 大根 人参 胡麻 醤油 酢 南瓜 玉葱 葱 油揚げ 味噌 いりこだし	牛乳 フレンチトースト	牛乳 食パン 卵 牛乳 白砂糖 マーガリン
23/日		親子丼 味噌汁 オレンジ		米 鶏肉 玉葱 卵 醤油 みりん いりこだし じゃが芋 油揚げ 小葱 味噌 いりこだし オレンジ	麦茶 お菓子	麦茶 お菓子
24/月		御飯 シュウマイ 麻婆春雨 中華風スープ		米 冷凍シュウマイ 麻婆春雨の素 キャベツ 人参 もやし チンゲン菜 人参 玉葱 えのき茸 卵 片栗粉 中華味 醤油 胡麻油	麦茶 お菓子	麦茶 お菓子
25/火	牛乳 お菓子	御飯 魚香味焼き 納豆和え 味噌汁	わかめ 飯	米 赤魚 葱 生姜 にんにく 胡麻油 酢 醤油 濃口醤油 納豆 キャベツ 人参 ニラ 醤油 じゃが芋 玉葱 油揚げ 葱 味噌 いりこだし	牛乳 塩かりんとう	牛乳 薄力粉 卵 B・P 塩 油
26/水	牛乳 お菓子	御飯 バーベキューチキン 野菜ナムル 味噌汁		米 鶏肉 ケチャップ 白砂糖 ソース もやし ほうれん草 人参 生姜 すり胡麻 白砂糖 醤油 胡麻油 豆腐 小松菜 油揚げ 味噌 いりこだし	牛乳 オレンジマフィン	牛乳 薄力粉 卵 B・P マーガリン 白砂糖 オレンジジュース
27/木	牛乳 お菓子	御飯 焼肉 大根とチーズのサラダ	しらす飯	米 牛肉 キャベツ 人参 玉葱 ビーマン 醤油 大根 人参 チーズ 白砂糖 酢 醤油	牛乳 ドーナツ	牛乳 強力粉 白砂糖 塩 イースト スキムミルク 卵 マーガリン グラニュー糖 油
28/金	牛乳 お菓子	酢混ぜご飯 魚磯部揚げ 野菜塩昆布和え 花魁スープ		米 蓮根 人参 椎茸 すし酢 赤魚 塩 薄力粉 卵 青のり 油 キャベツ 人参 きゅうり 塩昆布 醤油 花魁 人参 ワカメ えのき茸 葱 醤油 いりこだし	牛乳 みかん もちもちポテト	牛乳 みかん さつま芋 白玉粉 白砂糖
29/土	牛乳 お菓子	五目炒飯 コンソメスープ バナナ		米 鶏肉 玉葱 人参 グリンピース 卵 醤油 鶏ガラスープの素 じゃが芋 人参 玉葱 バセリ コンソメ 醤油 バナナ	牛乳 麩ラスク	牛乳 麩 マーガリン 白砂糖
30/日		御飯 生姜焼き 和え物 味噌汁		米 豚肉 玉葱 生姜 みりん 白砂糖 醤油 キャベツ 人参 きゅうり 花かつお 醤油 豆腐 油揚げ しめじ茸 小葱 味噌 いりこだし	麦茶 お菓子	麦茶 お菓子

※材料の都合により献立を変更することがあります。

※赤字は食物アレルギーの食材です。

木本

2025 年 11 月 離 乳 食 献 立 表

ひでみ保育園

日/曜	10時 おやつ	献 立	献 立 材 料	3時のおやつ
1/土	お茶 お菓子	野菜粥 スープ	米 鶏肉 玉葱 人参 大根 青菜 だし汁 醤油	麦茶 さつま芋甘煮
3/月	お茶 お菓子		文 化 の 日	
4/火	お茶 お菓子	おかゆ 魚野菜あんかけ 味噌汁	米 白身魚 キャベツ 人参 醤油 片栗粉 南瓜 玉葱 味噌 だし汁	麦茶 お菓子
5/水	お茶 お菓子	おかゆ 豆腐ことこと煮 味噌汁	米 豆腐 鶏肉 玉葱 人参 醤油 大根 味噌 だし汁	麦茶 パン
6/木	お茶 お菓子	おかゆ 野菜柔らか煮 コーンスープ	米 鶏肉 キャベツ 人参 醤油 クリームコーン缶 玉葱 醤油	麦茶 さつま芋甘煮
7/金	お茶 お菓子	おかゆ 魚おろしあんかけ スープ	米 白身魚 大根 醤油 片栗粉 レタス 人参 醤油 だし汁	麦茶 お菓子
8/土	お茶 お菓子	野菜粥 スープ	米 鶏肉 人参 大根 レタス 玉葱 醤油 だし汁	麦茶 パン
10/月	お茶 お菓子	おかゆ 野菜ことこと煮 スープ	米 鶏肉 玉葱 人参 醤油 南瓜 青菜 醤油 だし汁	麦茶 お菓子
11/火	お茶 お菓子	おかゆ 野菜柔らか煮 スープ	米 鶏肉 玉葱 じゃが芋 大根 人参 だし汁 醤油	麦茶 お菓子
12/水	お茶 お菓子	おかゆ 煮魚 スープ	米 白身魚 醤油 片栗粉 キャベツ 人参 玉葱 醤油 だし汁	麦茶 南瓜蒸しパン
13/木	お茶 お菓子	おかゆ 野菜ことこと煮 スープ	米 鶏肉 じゃが芋 玉葱 醤油 レタス 人参 だし汁 醤油	麦茶 パン
14/金	お茶 お菓子	おかゆ 魚野菜あんかけ 味噌汁	米 白身魚 キャベツ 人参 醤油 片栗粉 大根 味噌 だし汁	麦茶 青菜蒸しパン
15/土	お茶 お菓子	野菜粥 スープ	米 鶏肉 玉葱 人参 じゃが芋 キャベツ 醤油 だし汁	麦茶 お菓子
17/月	お茶 お菓子	おかゆ 野菜柔らか煮 味噌汁	米 鶏肉 キャベツ 玉葱 醤油 豆腐 人参 味噌 だし汁	麦茶 さつま芋蒸しパン
18/火	お茶 お菓子	おかゆ 野菜ことこと煮 味噌汁	米 鶏肉 ブロッコリー キャベツ 人参 醤油 だし汁 じゃが芋 玉葱 味噌 だし汁	麦茶 お菓子
19/水	お茶 お菓子	おかゆ 魚野菜あんかけ 味噌汁	米 白身魚 白菜 人参 醤油 だし汁 南瓜 玉葱 味噌 だし汁	麦茶 バナナ蒸しパン
20/木	お茶 お菓子	おかゆ 野菜柔らか煮 スープ	米 鶏肉 大根 人参 醤油 じゃが芋 玉葱 だし汁 醤油	麦茶 パン
21/金	お茶 お菓子	おかゆ 煮魚 スープ	米 白身魚 醤油 片栗粉 レタス 人参 玉葱 醤油 だし汁	さつま芋甘煮
22/土	お茶 お菓子	野菜粥 味噌汁	米 鶏肉 大根 人参 醤油 南瓜 玉葱 味噌 だし汁	麦茶 パン
24/月	お茶 お菓子		振 替 休 日	
25/火	お茶 お菓子	おかゆ 魚野菜あんかけ 味噌汁	米 白身魚 キャベツ 人参 片栗粉 醤油 大根 玉葱 味噌 だし汁	麦茶 お菓子
26/水	お茶 お菓子	おかゆ 野菜ことこと煮 味噌汁	米 鶏肉 玉葱 人参 醤油 豆腐 青菜 味噌 だし汁	麦茶 オレンジ蒸しパン
27/木	お茶 お菓子	おかゆ 野菜柔らか煮 スープ	米 鶏肉 キャベツ 玉葱 醤油 大根 人参 醤油 だし汁	麦茶 パン
28/金	お茶 お菓子	おかゆ 煮魚 スープ	米 白身魚 醤油 片栗粉 キャベツ 人参 玉葱 だし汁 醤油	麦茶 さつま芋甘煮
29/土	お茶 お菓子	野菜粥 スープ	米 鶏肉 玉葱 人参 じゃが芋 青菜 だし汁 醤油	麦茶 お菓子

※材料の都合により献立を変更することがあります。 木本