

2026年11月 ○は3時おやつ

献立表

成育しせい保育園(一般)

日付	献立	10時おやつ 乳児のみ	3時おやつ	補食	材 料 名			
					骨や体を作る食べ物	力が出る食べ物	病気にかりにくくなる食べ物	
02月	かみなりごはん みそ汁 かぼちゃのそぼろ煮 和風サラダ フルーツ	せんべい 麦茶	メープルマフィン 牛乳	ビラフ 麦茶	○牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、○卵、油揚げ、米みそ(淡色辛みそ)、しらす干し	米、○ホットケーキ粉、○無塩バター、砂糖、○砂糖、ごま油、○メープルシロップ、なたね油、片栗粉	かぼちゃ、もやし、ほうれんそう、だいこん、にんじん、チンゲンサイ、たまねぎ、しめじ、にら、赤ピーマン、ピーマン、えのき、ブロックリー、ミニトマト、コーン缶、ひじき	エネルギー 以上児 568kcal 未満児 432kcal お知らせ 行事等 6日 誕生会 27日 法人統一メニュー(屋のみ)
04水	御飯 みそ汁 豚肉のごまみそ焼き 大根と軌立の煮物 きんぴら フルーツ	せんべい 麦茶	ツナサンド 牛乳	焼き豚ごはん 麦茶	○牛乳、豚肉(もも)、○ツナ水煮缶、ツナ水煮缶、米みそ(淡色辛みそ)、米みそ(甘みそ)、ほたて貝柱水煮缶、油揚げ、かつお節	米、○ロールパン、○マヨネーズ、砂糖、ごま油、なたね油	だいこん、れんこん、たまねぎ、にんじん、ごぼう、かぶ、もやし、○にんじん、赤ピーマン、いんげん、えのき、すりごま、ごま	
05木	肉うどん 鶏肉と大豆の煮物 塩もみ大根とハムのサラダ フルーツ	せんべい 麦茶	いなりごはん 麦茶	豚汁 麦茶	豚肉(もも)、大豆水煮缶、鶏もも肉、○油揚げ、ハム、油揚げ	ゆでうどん、○米、マヨネーズ、○砂糖、砂糖	だいこん、もやし、にんじん、たまねぎ、ごぼう、糸こんにゃく、キャベツ、れんこん、○にんじん、しめじ、コーン缶、いんげん	
06金	お赤飯 すまし汁 たらこの揚げ 筑前煮 野菜のごま和え フルーツ	せんべい 麦茶	ケーキ 牛乳	さつま汁 麦茶	○牛乳、たら、○卵、鶏もも肉、ささげ(乾)、○生クリーム、しらす干し、かつお節	焼豆、もち米、米、○小麦粉、○グラニュー糖、油、小麦粉、砂糖、○砂糖、なたね油	だいこん、えのき、もやし、ほうれんそう、生わかめ、キャベツ、ごぼう、にんじん、れんこん、糸こんにゃく、赤ピーマン、ブロックリー、あおのり、すりごま、コーン缶、しょうが	
07土	バターロール きゃべつのスープ 鮭のムニエル オーロラソース ポトフ フルーツ		ドーナツ 麦茶	おにぎり 麦茶	さけ、ベーコン、ワインナーソーセージ	ロールパン、じゃがいも、小麦粉、マヨネーズ、なたね油	だいこん、キャベツ、にんじん、たまねぎ、えのき、ブロックリー	
09月	御飯 みそ汁 デミグラスハンバーグ 切干大根のスタミナ炒め 白菜のおひたし フルーツ	せんべい 麦茶	ごまトースト 牛乳	ミネストローネ 麦茶	○牛乳、豚ひき肉、木綿豆腐、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ、しらす干し、かつお節	米、○食パン、○グラニュー糖、砂糖、○バター、パン粉、ごま油、なたね油、片栗粉	たまねぎ、もやし、はくさい、にんじん、ほうれんそう、キャベツ、しめじ、かぶ、ピーマン、切り干しだいこん、にら、えのき、コーン缶、○ごま、にんにく、しょうが	
10火	御飯 みそ汁 かじきまぐろの クリームコーン焼き かぼちゃの煮物 ほうれん草の納豆和え フルーツ	せんべい 麦茶	バナナチャンクバー 牛乳	じゃこごはん 麦茶	○牛乳、かじき、○卵、米みそ(淡色辛みそ)、挽きわり納豆、油揚げ、しらす干し、かつお節	米、○小麦粉、○無塩バター、○砂糖、マヨネーズ、砂糖	かぼちゃ、ほうれんそう、○バナナ、もやし、クリームコーン缶、キャベツ、だいこん、たまねぎ、赤ピーマン、にんじん、にら、えのき、ブロックリー、コーン缶	
11水	厚揚げミートソース スパゲティ 野菜スープ じゃがいものじゃこ炒め ささみのサラダ フルーツ	せんべい 麦茶	れんこんごはん 麦茶	大根もち 麦茶	生揚げ、豚ひき肉、鶏ささ身、ベーコン、じゃこ	マカロニ・スパゲティ、じゃがいも、○米、砂糖、なたね油	たまねぎ、もやし、ホールトマト缶詰、キャベツ、にんじん、かぶ、ほうれんそう、赤ピーマン、しめじ、ピーマン、えのき、ブロックリー、コーン缶	
12木	御飯 みそ汁 鶏肉のマヨドレ焼き しらたきと人参の炒め物 野菜のりし和え フルーツ	せんべい 麦茶	ボンデケーショ 牛乳	肉じゃが 麦茶	○牛乳、鶏もも肉、米みそ(淡色辛みそ)、○ウィンナーソーセージ、○生クリーム、油揚げ、しらす干し、かつお節	米、○片栗粉、○米粉、○マッシュポテト、○ウィンナーソーセージ、なたね油	しらたき、もやし、キャベツ、にんじん、だいこん、ほうれんそう、たまねぎ、○ほうれんそう、にら、えのき、れんこん、コーン缶、ごぼう、いんげん、しょうが、焼きのり	
13金	御飯 みそ汁 鮭のごま焼き 大根と人参の甘辛煮 きゃべつとウィンナーの炒め物 フルーツ	せんべい 麦茶	あずきクリームパン 牛乳	わかめごはん 麦茶	○牛乳、さけ、豚肉(もも)、ウィンナーソーセージ、生クリーム、米みそ(淡色辛みそ)、○ねりあん、油揚げ	米、○ロールパン、砂糖、○砂糖、なたね油	だいこん、キャベツ、たまねぎ、にんじん、しめじ、かぶ、れんこん、ブロックリー、えのきだけ、コーン缶、ごま、すりごま、いんげん、しょうが	
14土	バターロール 白菜のスープ 豚肉のクチャップ炒め 野菜とツナの炒め物 フルーツ		源氏パイ 麦茶	おにぎり 麦茶	豚肉(もも)、ベーコン、ツナ水煮缶、かつお節	ロールパン、ごま油、なたね油	たまねぎ、もやし、赤ピーマン、ピーマン、はくさい、にんじん、だいこん、えのき、ブロックリー、しめじ、しょうが	
16月	かみなりごはん みそ汁 かぼちゃのそぼろ煮 和風サラダ フルーツ	せんべい 麦茶	メープルマフィン 牛乳	ビラフ 麦茶	○牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、○卵、油揚げ、米みそ(淡色辛みそ)、しらす干し	米、○ホットケーキ粉、○無塩バター、砂糖、○砂糖、ごま油、○メープルシロップ、なたね油、片栗粉	かぼちゃ、もやし、ほうれんそう、だいこん、にんじん、チンゲンサイ、たまねぎ、しめじ、にら、赤ピーマン、ピーマン、えのき、ブロックリー、ミニトマト、コーン缶、ひじき	
17火	御飯 みそ汁 ぶりの照り焼き さつまいもの甘煮 豚肉と野菜のチャンプルー フルーツ	せんべい 麦茶	肉まん風 牛乳	大学さといも 麦茶	○牛乳、ぶり、木綿豆腐、○豚ひき肉、豚肉(もも)、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ、かつお節	米、さつまいも、○ホットケーキ粉、砂糖、ごま油、○ごま油、なたね油	もやし、キャベツ、だいこん、たまねぎ、にら、○にんじん、にんじん、しめじ、赤ピーマン、えのき、れんこん、○ねぎ、ブロックリー、コーン缶、いんげん、○しょうが、しょうが	
18水	御飯 みそ汁 豚肉のごまみそ焼き 大根と軌立の煮物 きんぴら フルーツ	せんべい 麦茶	ツナサンド 牛乳	焼き豚ごはん 麦茶	○牛乳、豚肉(もも)、○ツナ水煮缶、ツナ水煮缶、米みそ(淡色辛みそ)、米みそ(甘みそ)、ほたて貝柱水煮缶、油揚げ、かつお節	米、○ロールパン、○マヨネーズ、砂糖、ごま油、なたね油	だいこん、れんこん、たまねぎ、にんじん、ごぼう、かぶ、もやし、○にんじん、赤ピーマン、いんげん、えのき、すりごま、ごま	
19木	肉うどん 鶏肉と大豆の煮物 塩もみ大根とハムのサラダ フルーツ	せんべい 麦茶	いなりごはん 麦茶	豚汁 麦茶	豚肉(もも)、大豆水煮缶、鶏もも肉、○油揚げ、ハム、油揚げ	ゆでうどん、○米、マヨネーズ、○砂糖、砂糖	だいこん、もやし、にんじん、たまねぎ、ごぼう、糸こんにゃく、キャベツ、れんこん、○にんじん、しめじ、コーン缶、いんげん	
20金	御飯 みそ汁 さわらのカレーソテー ピーマンと厚揚げの炒め物 もやしとわかめのサラダ フルーツ	せんべい 麦茶	わくわくおにぎり 麦茶	さつま汁 麦茶	○牛乳、さわら、生揚げ、米みそ(淡色辛みそ)、○脱脂粉乳、○卵、油揚げ、しらす干し	米、○小麦粉、○ショートニング、○砂糖、○無塩バター、小麦粉、砂糖、ごま油、なたね油	もやし、キャベツ、だいこん、たまねぎ、生わかめ、しめじ、きゅうり、にんじん、赤ピーマン、ピーマン、えのき、コーン缶、しょうが	
21土	バターロール きゃべつのスープ 鮭のムニエル オーロラソース ポトフ フルーツ		ドーナツ 麦茶	おにぎり 麦茶	さけ、ベーコン、ワインナーソーセージ	ロールパン、じゃがいも、小麦粉、マヨネーズ、なたね油	だいこん、キャベツ、にんじん、たまねぎ、えのき、ブロックリー	
24火	御飯 みそ汁 かじきまぐろの クリームコーン焼き かぼちゃの煮物 ほうれん草の納豆和え フルーツ	せんべい 麦茶	バナナチャンクバー 牛乳	じゃこごはん 麦茶	○牛乳、かじき、○卵、米みそ(淡色辛みそ)、挽きわり納豆、油揚げ、しらす干し、かつお節	米、○小麦粉、○無塩バター、○砂糖、マヨネーズ、砂糖	かぼちゃ、ほうれんそう、○バナナ、もやし、クリームコーン缶、キャベツ、だいこん、たまねぎ、赤ピーマン、にんじん、にら、えのき、ブロックリー、コーン缶	

2026年11月 ○は3時おやつ

献立表

成育しせい保育園(一般)

日付	献立	10時おやつ 乳児のみ	3時おやつ	補食	材 料 名		
					骨や体を作る食べ物	力が出る食べ物	病気にかりにくくなる食べ物
25 水	厚揚げミートソース スパゲティ 野菜スープ じゃがいものじゃこ炒め ささみのサラダ フルーツ	せんべい 麦茶	れんこんごはん 麦茶	大根もち 麦茶	生揚げ、豚ひき肉、鶏さ さ身、ベーコン、じゃこ	マカロニ・スパゲティ、 じゃがいも、〇米、砂 糖、なたね油	たまねぎ、もやし、ホールトマト缶 詰、キャベツ、にんじん、かぶ、ほ うれんそう、赤ピーマン、しめじ、 ピーマン、えのき、ブロッコリー、 コーン缶
26 木	御飯 みそ汁 鶏肉のマヨドレ焼き しらたきと人参の炒め物 野菜ののり和え フルーツ	せんべい 麦茶	ボンデケージョ 牛乳	肉じゃが 麦茶	〇牛乳、鶏もも肉、米み そ（淡色辛みそ）、〇フ インナーソーセージ、油 揚げ、しらす干し、かつ お節	米、〇片栗粉、〇米粉、 〇マッシュポテト、〇 油、マヨネーズ、なたね 油	しらたき、もやし、キャベツ、にん じん、だいこん、ほうれんそう、た まねぎ、〇ほうれんそう、にら、え のき、れんこん、コーン缶、ごぼ う、いんげん、しょうが、焼きのり
27 金	御飯 豚汁 鶏のから揚げ かぼちゃの甘煮 ほうれん草のおひたし みかん	せんべい 麦茶	あずきクリームパン 牛乳	わかめごはん 麦茶	〇牛乳、鶏もも肉、米み そ（淡色辛みそ）、豚肉 （もも）、〇生クリー ム、〇ねりあん	米、じゃがいも、砂糖、 〇ロールパン、〇砂糖	にんじん、ごぼう、ねぎ、糸こ んにゃく、かぼちゃ、ほうれんそう、 えのき、みかん
28 土	バターロール 白菜のスープ 豚肉のケチャップ炒め 野菜とツナの炒め物 フルーツ		源氏パイ 麦茶	おにぎり 麦茶	豚肉（もも）、ベーコン、ツ ナ水煮缶、かつお節	ロールパン、ごま油、な たね油	たまねぎ、もやし、赤ピーマン、 ピーマン、はくさい、にんじん、だ いこん、えのき、ブロッコリー、し めじ、しょうが
30 月	かみなりごはん みそ汁 かぼちゃのそぼろ煮 和風サラダ フルーツ	せんべい 麦茶	メープルマフィン 牛乳	ピラフ 麦茶	〇牛乳、木綿豆腐、豚ひ き肉、〇卵、油揚げ、米 みそ（淡色辛みそ）、し らす干し	米、〇ホットケーキ粉、 〇無塩バター、砂糖、〇 砂糖、ごま油、〇メー プルシロップ、なたね油、 片栗粉	かぼちゃ、もやし、ほうれんそう、 だいこん、にんじん、チンゲンサ イ、たまねぎ、しめじ、にら、赤 ピーマン、ピーマン、えのき、ブ ロッコリー、ミニトマト、コーン 缶、ひじき