2024年

11月 献立表



すぎのこ幼稚園 認定こども園

日	曜	献立名 昼食	◎10時おやつ ○午後おやつ	あか 体をつくる 血や肉になる	黄 力や体温のもとになる	みどり 体の調子を整える
1	金	ごはん みそ汁 肉野菜炒め ブロッコリーのツナ和え ヨーグルト	◎APソフトせんべい ○ベルギーワッフル	豚肉 ツナ ヨーグルト	米 ドレッシング マヨネーズ	大根 なめこ ねぎ たまねぎ キャベツ ブロッコリー 人参
2	土	親子丼 幼児牛乳 チーズ	◎お菓子 ○お菓子 野菜ジュース	鶏肉 鶏卵 幼児牛乳 チーズ	米	たまねぎ みつ葉
5	火	豚肉入りきのこうどん 野菜入り肉団子 幼児牛乳	◎たべっこどうぶつ ○ミニたい焼き	豚肉 肉団子 幼児牛乳	うどん	小松菜 たまねぎ まいたけ しめじ えのきたけ 人参 ねぎ
6	水	ごはん みそ汁 さんまのおろし煮 ほうれん草と竹輪の和え物 カルシウムヨーグルト	◎コロコロビスケットボーロ ○フルーツ蒸しケーキ	豆腐 さんまのおろし煮 ちくわ カルシウムヨーグルト	米 ごま	白菜 オクラ ほうれん草 人参 もやし
7	木	ごはん ふりかけ みそ汁 チーズはんぺんフライ コールスローサラダ 幼児牛乳	◎えびせん ○アップルパイ	チーズはんぺんフライ 幼児牛乳	米 ふりかけ さつまいも 麩 ドレッシング	ねぎ しめじ キャベツ 人参 胡瓜 カリフラワー 粒コーン
8	金	チキンバーガー 牛乳 マカロニサラダ オレンジ	◎クッキー ○フルーチェ	照焼チキン 牛乳 ハム	ハンバーガーパン マカロニ マヨネーズ	人参 胡瓜 粒コーン オレンジ
9	土	カレーライス 幼児牛乳 チーズ	◎お菓子 ○お菓子 野菜ジュース	豚肉 幼児牛乳 チーズ	米 じゃが芋 カレールウ	人参 たまねぎ
11	月	肉豆腐丼 のっぺい汁 バナナ 幼児牛乳	◎ギンビスやさい ○ココア蒸しパン	豚ひき肉 豆腐 鶏肉 幼児牛乳	米 里芋	たまねぎ えのきたけ 人参 大根 ごぼう 干し椎茸 ねぎ バナナ
12	火	煮込みうどん 厚焼玉子 オレンジ 幼児牛乳	◎APおやさいせんべい ○クロワッサン	豚肉 油揚げ 厚焼卵 幼児牛乳	うどん	白菜 人参 まいたけ ねぎ ほうれん草 オレンジ
13	水	お弁当の日 	◎サッポロポテト ○せんべい 幼児牛乳			
14	木	ごはん みそ汁 もろ竜田揚げ ハムと野菜のサラダ カルシウムヨーグルト	◎APソフトせんべい ○クリームブッセ	油揚げ もろ竜田揚げ ハム カルシウムヨーグルト	米 ドレッシング	もやし にら 人参 キャベツ カリフラワー
15	金	ちらし寿司 すまし汁 鶏のから揚げ ほうれん草のかに風味和え 幼児牛乳	◎たべっこどうぶつ ○さつま芋と栗のタルト	油揚げ 錦糸たまご 豆腐 鶏のから揚げ かに風味かまぼこ 幼児牛乳	米 ドレッシング	干し椎茸 人参 きざみのり たまねぎ わかめ ほうれん草 もやし
16	土	親子丼 幼児牛乳 チーズ	◎お菓子 ○お菓子 野菜ジュース	鶏肉 鶏卵 幼児牛乳 チーズ	米	たまねぎ みつ葉
18	月	キーマカレー 牛乳 春雨サラダ 国産りんごゼリー	◎コロコロビスケットボーロ ○マーラーカオ	豚ひき肉 牛乳 ハム	米 カレールウ はるさめ ドレッシング 国産りんごゼリー	人参 たまねぎ ピーマン トマト 胡瓜 キャベツ
19	火	ごはん みそ汁 ポテトとお米のささみカツ 白菜のツナ和え ヨーグルト	◎えびせん ○スティックパン	高野豆腐 ポテトとお米のささみカツ ツナ ヨーグルト	米 ごま	大根 人参 さやいんげん 白菜 もやし
20	水	ごはん コンソメスープ チキンのオーブン焼き フラワーサラダ カルシウムヨーグルト	◎クッキー ○芋けんぴ	チキンのオーブン焼き カルシウムヨーグルト	米 ドレッシング	ほうれん草 たまねぎ 人参 マッシュルーム ブロッコリー カリフラワー
21	木	食パン いちごジャム クリームシチュー フレンチサラダ りんご 幼児牛乳	◎ギンビスやさい ○豆乳蒸しケーキ	鶏肉 牛乳 幼児牛乳	食パン いちごジャム じゃが芋 シチュールウ ドレッシング	たまねぎ 人参 ブロッコリー キャベツ カリフラワー 粒コーン りんご
22	金	ごはん みそ汁 さんまのオレンジ煮 厚揚げとひじきの煮物 幼児牛乳	◎APおやさいせんべい ○プリン	さんまのオレンジ煮 厚揚げ豆腐 幼児牛乳	米 麩	小松菜 もやし 人参 干し椎茸 ひじき
25	月	ごはん みそ汁 ハンバーグ キャベツの和風サラダ ヨーグルト	◎APソフトせんべい ○マドレーヌ	ハンバーグ かに風味かまぼこ ヨーグルト	米 じゃが芋 ドレッシング	たまねぎ わかめ キャベツ 人参 胡瓜
26	火	ベーコンときのこのスパゲティ 牛乳 チキンと野菜のサラダ バナナ	◎たべっこどうぶつ ○きなこ蒸しパン	ベーコン 牛乳 蒸し鶏ほぐし	スパゲティ ドレッシング	ほうれん草 しめじ えのきたけ たまねぎ カリフラワー 胡瓜 人参 粒コーン バナナ
27	水	お弁当の日 	◎サッポロポテト ○バウムクーヘン 幼児牛乳			
28	木	えびカツバーガー 牛乳 ほうれん草とツナのサラダ りんご	◎コロコロビスケットボーロ ○焼きおにぎり	えびカツ ソース 牛乳 ツナ	ハンバーガーパン マヨネーズ	ほうれん草 キャベツ 人参 りんご
29	金	ごはん みそ汁 若鶏のピカタ 彩りコーンサラダ カルシウムヨーグルト	◎ギンビスやさい ○ふかし芋	豆腐 若鶏のピカタ カルシウムヨーグルト	米 ドレッシング	えのきたけ こねぎ 胡瓜 人参 ブロッコリー カリフラワー 粒コーン
30	土	ハヤシライス 幼児牛乳 チーズ	◎お菓子 ○お菓子 野菜ジュース	豚肉 幼児牛乳 チーズ	米 ハヤシルウ	人参 たまねぎ マッシュルーム

給食MEMO
・園の都合で献立の内容が変更になることがあります。

＜平均給与栄養量＞
3歳未満児 ： エネルギー 466Kcal たんぱく質 16.2g 脂質 14.2g 食相当量 1.6g
3歳以上児（昼食のみ）： エネルギー 412Kcal たんぱく質 16.8g 脂質 12.8g 食相当量 1.6g