2026年

11月 献立表



たんぽぽ・チューリップ

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
2	月	ごはん みそ汁 照り焼きチキン マカロニサラダ	◎まめぴよ(いちご味) ○ピザトースト	照り焼きチキン ハム 油揚げ	米 さといも マカロニサラダ	もやし きゅうり 粒コーン
4	水	焼きそば 春巻き みかん缶 牛乳	◎APビスケット ○りんごムース	豚肉 牛乳	中華麺 春巻き	キャベツ 人参 緑ピーマン もやし みかん缶
5	木	ごはん みそ汁 ポークチャップ キャベツのサラダ	◎チーズ ○ホットケーキ	木綿豆腐 豚肉 カニフレーク	米 ドレッシング	白菜 にら 玉ねぎ 緑ピーマン キャベツ きゅうり 人参
6	金	中華丼 ワンタンスープ カリフラワーのサラダ	◎牛乳 ○たいやき(こしあん) (ちゅ かっぱえびせん)	豚肉 むきエビ 錦糸卵	米 ワンタンの皮 ドレッシング	白菜 人参 玉ねぎ しいたけ もやし 白ネギ カリフラワー アスパラガス
7	土	カレーライス 幼児牛乳 チーズ	○お菓子 野菜ジュース	カレーの具 米 牛乳 チーズ		
9	月	ごはん のっぺい汁 ホキの西京漬け ブロッコリーと卵のサラダ チーズ	◎おこさませんべい ○引き渡し訓練の為なし	ホキの西京漬け 油揚げ 錦糸卵 チーズ	米 さといも ドレッシング	人参 大根 ごぼう 白ネギ ブロッコリー
10	火	ごはん すまし汁 野菜炒め 白菜の胡麻サラダ りんご(乳児クラス ゼリー)	◎まめぴよ(バナナ味) ○雪の宿 (ちゅ カルシウムソフト)	絹ごし豆腐 豚肉 蒸し鶏ささみ	米 ドレッシング	ほうれん草 ぶなしめじ キャベツ 人参 玉ねぎ 白菜 きゅうり りんご
11	水	ビビンバ風丼 春雨スープ フルーツヨーグルト	◎しまじろうにぎにぎボーロ ○ふかしいも	鶏肉 なると ヨーグルト ホイップクリーム	米 いりごま 春雨	人参 ほうれん草 もやし みかん缶 バナナ
12	木	食パン ジャム 豆乳シチュー ブロッコリーのサラダ	◎チーズ ○わかめおにぎり	鶏肉 豆乳	食パン ジャム じゃがいも ホワイトルウ ドレッシング	玉ねぎ 人参 ほうれん草 ブロッコリー 粒コーン
13	金	ごはん もやしの中華スープ 鶏の唐揚げ キャベツとカリフラワーのサラダ	◎牛乳 ○マーラカオ	鶏の唐揚げ ハム	米 ドレッシング	もやし オクラ しいたけ キャベツ カリフラワー 人参
14	土	ハヤシライス 幼児牛乳 チーズ	○お菓子 野菜ジュース	ハヤシライスの具 米 牛乳 チーズ		
16	月	ごはん みそ汁 ミートコロッケ 厚揚げとひじきの炒り煮	◎まめぴよ(いちご味) ○スイートポテト	ミートコロッケ 油揚げ 生揚げ	米 麸	わかめ ひじき 人参 いんげん
17	火	ごはん みそ汁 鮭のコーンマヨ焼き 野菜とハムのサラダ おかかふりかけ	◎チーズ ○マリービスケット (ちゅ サンコーせんべい)	高野豆腐 鮭 チーズ ハム	米 マヨネーズ ドレッシング おかかふりかけ	もやし ほうれん草 粒コーン キャベツ きゅうり 人参 わかめ
18	水	【お誕生日会メニュー】 スパゲティーミートソース コーンスープ フラワーサラダ ぶどうゼリー	◎ふんわりコーン ○手作りプリン	豚肉 蒸し鶏ささみ	マカロニスパゲッティ コーンスープ ドレッシング ぶどうゼリー	玉ねぎ 人参 緑ピーマン パセリ カリフラワー ブロッコリー みかん缶
19	木	ごはん みそ汁 豚肉のバーベキュー炒め ツナ入りポテトサラダ	◎牛乳 ○マシュマロクリスピー (ちゅ ゼリー)	豚肉 ツナフレーク	米 麸 ポテトサラダ	小松菜 人参 玉ねぎ きゅうり
20	金	麻婆丼 みそ汁 カリフラワーとアスパラのサラダ チーズ	◎小魚せんべい ○ひとくちカステラ	木綿豆腐 豚肉 かまぼこ チーズ	米 ドレッシング	玉ねぎ えのきたけ 人参 大根 小松菜 白ネギ カリフラワー アスパラガス
21	土	中華丼 幼児牛乳 チーズ	○お菓子 野菜ジュース	中華丼の具 米 牛乳 チーズ		
24	火	きのこ入り肉うどん 野菜菜入りつくね バナナ 牛乳	◎しらす&わかめせんべい ○ソフトせんべい (ちゅ ウェハース)	豚肉 野菜入りつくね 牛乳	うどん	小松菜 人参 玉ねぎ まいたけ ぶなしめじ えのきたけ 白ネギ バナナ
25	水	ごはん みそ汁 チーズはんぺんフライ 切り干し大根の煮物	◎チーズ ○ぶどうムース	高野豆腐 チーズはんぺん さつま揚げ	米	小松菜 人参 切り干し大根 グリンピース
26	木	カレーライス シルバーサラダ ストロベリーゼリー 牛乳	◎いちごみるくクッキー ○お好み焼き	豚肉 牛乳 ハム	米 じゃがいも カレールウ 春雨 マヨネーズ ストロベリーゼリー	玉ねぎ 人参 きゅうり
27	金	ごはん みそ汁 たらの味噌焼き ブロッコリーとチーズのサラダ	◎牛乳 ○みるく棒	たらの味噌焼き チーズ	米 さといも 麸 ドレッシング	白ネギ ブロッコリー 粒コーン 人参
28	土	ホワイトシチュー 野菜ジュース チーズ	○お菓子 牛乳	ホワイトシチュー 食パン 野菜ジュース チーズ		
30	月	【おたのしみ給食】 パンズ 照り焼きハンバーグ フライドポテト コールスローサラダ 野菜ジュース	◎チーズ ○マカロニきなこ	ハンバーグ ツナフレーク	パンズ フライドポテト ドレッシング	キャベツ 粒コーン 人参 きゅうり 野菜ジュース

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 452Kcal たんぱく質 14.8g 脂質 13.0g 食相当量 1.9g