

# 令和7年11月 献立表（後期・完了期）

# 二川保育園 作成

| 日                   | 曜 | 献立名                  |                                              |                           | 赤 色                    | 黄 色                               | 緑 色                                                 |
|---------------------|---|----------------------|----------------------------------------------|---------------------------|------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------------------------|
|                     |   | 午前のおやつ               | 昼食                                           | 午後のおやつ                    | 血や肉を作る食品               | 力や体温となる食品                         | 体の調子を整える食品                                          |
| 17                  | 月 | 胡瓜スティック              | 具だくさん煮込み<br>かにかまの酢の物                         | ♪きなこマカロニ<br>麦茶<br>バナナ     | わかめ<br>豚肉<br>きなこ       | うどん<br>ごはん<br>マカロニ                | 玉ねぎ 人参 椎茸<br>もやし 胡瓜 ねぎ<br>バナナ                       |
| 4<br>・<br>18        | 火 | 人参スティック              | ごはん 鮭のしょうゆ煮<br>かぶの塩昆布和え<br>鶏肉と根菜のみそ汁         | ♪さつまいもケーキ<br>麦茶<br>オレンジ   | 鮭<br>鶏肉<br>塩昆布         | ごはん<br>さつまいも                      | 小松菜 人参<br>もやし 大根 しめじ ねぎ<br>白菜 ごぼう かぶ<br>バナナ         |
| 5<br>・<br>19        | 水 | バナナ                  | ごはん チャプチェ<br>もやしのナムル<br>中華スープ                | ♪フルーツ和え<br>麦茶<br>ビスケット    | 牛肉<br>ごま<br>きなこ        | ごはん<br>春雨                         | 玉ねぎ 人参 椎茸<br>もやし 胡瓜 ニラ<br>ねぎ みかん バナナ りんご            |
| 6<br>・<br>20        | 木 | 6日おせんべい<br>20日きなこパン  | ごはん 鮭のおろし焼き<br>白菜のごまドレサダ<br>かぼちゃのみそ汁         | ♪きなこパン<br>麦茶<br>バナナ       | 鮭<br>ごま<br>きなこ         | ごはん<br>パン<br>さつまいも                | 大根 人参 白菜<br>胡瓜 椎茸 かぼちゃ<br>玉ねぎ もやし バナナ               |
| 7<br>・<br>21        | 金 | ふかしいも                | パン きのことかぶのシチュー<br>秋のマセドニアサラダ<br>チーズ ひとつくちゼリー | ♪ツナと昆布おにぎり<br>麦茶<br>みかん   | 鶏肉<br>塩昆布              | ごはん<br>さつまいも<br>パン                | しめじ エリンギ かぶ<br>かぼちゃ 玉ねぎ<br>人参 胡瓜 キャベツ<br>ブロッコリー みかん |
| 8                   | 土 | おかし                  | ごはん 煮物<br>スープ<br>バナナ                         | バナナ<br>麦茶<br>おせんべい        | 鶏肉                     | ごはん                               | 玉ねぎ 人参 バナナ                                          |
| 10                  | 月 | 胡瓜スティック              | ごはん 鮭の塩麹焼き<br>かぼちゃのそぼろ煮<br>切り干し大根のみそ汁        | ♪きなこミルクプリン<br>麦茶<br>おせんべい | 鮭<br>豚肉<br>きなこ         | ほうとう                              | 人参 えのき いんげん<br>かぼちゃ 玉ねぎ<br>切り干し大根<br>りんご バナナ みかん    |
| 11<br>・<br>25       | 火 | 人参スティック              | 野菜うどん 鶏肉のオーロラ焼き<br>りんごドレサダ                   | ♪きなこパン<br>麦茶<br>バナナ       | 鶏肉                     | うどん<br>さつまいも                      | ブロッコリー 玉ねぎ ねぎ<br>人参 えのき もやし<br>しめじ バナナ<br>りんご       |
| 12<br>・<br>26       | 水 | バナナ                  | ごはん てりやきチキン<br>ちくわとえのきのサラダ<br>ほうれん草のスープ      | ♪りんごゼリー<br>麦茶<br>おせんべい    | 鶏肉                     | ごはん                               | 玉ねぎ 人参 えのき<br>ほうれん草 ねぎ もやし<br>かぶ 白菜 りんご             |
| 13<br>・<br>27       | 木 | 13日さつまいも<br>27日ふかしいも | ごはん 鮭の西京焼き<br>大根のおかか和え<br>あおさと豆腐のすまし汁        | ♪野菜マカロニ<br>麦茶<br>オレンジ     | 鮭<br>豆腐<br>かつお節<br>あおさ | ごはん<br>ペンネ<br>さつまいも(13日)<br>じゃがいも | 大根 人参<br>なめこ 玉ねぎ<br>エリンギ しめじ ねぎ<br>オレンジ             |
| 28                  | 金 | スティックパン              | ごはん 根菜煮込み<br>シーザーサラダ<br>玉ねぎのスープ              | ♪きなこパン<br>麦茶<br>バナナ       | 豚肉                     | ごはん<br>さつまいも<br>パン                | 玉ねぎ 人参<br>れんこん ごぼう<br>レタス 胡瓜 もやし<br>バナナ             |
| 1<br>15<br>22<br>29 | 土 | おせんべい                | てりやき親子丼<br>もやしのおかか和え<br>わかめスープ               | バナナ<br>麦茶<br>おせんべい        | 鶏肉<br>わかめ              | ごはん                               | 玉ねぎ 人参 もやし<br>えのき                                   |
| 14                  | 金 | ★誕生会 お楽しみ給食★         |                                              |                           |                        |                                   |                                                     |

※献立内の青色は食育カレンダーの給食を提供します。

※お子さんの月齢にあわせて給食を提供させていただきます。

※ピンク色の食材は旬の食材です。うちのごはんにも取り入れて下さいね。



**24日「和食の日」** 日本の秋は「実り」の季節でもあり、「自然」に感謝し、来年の五穀豊穡を祈る祭りなどの行事が、全国各地で盛んに行われる季節でもあります。日本の食文化にとって大変重要な時期である秋に、毎年一人ひとりが和食文化について感謝を深めその大切さを再認識するきっかけの日になっていくようにと願いが込められています。ご家庭でも和食やだしを使った料理を取り入れてみて下さいね。