



移行食献立表



2024年11月

村雨こども園・村雨こども園愛分園・村雨こども園なぎさ分園

日 曜	時間帯	献立	材 料 名			
			黄	赤	緑	その他
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
1 金	昼食	さつまいもごはん 鯛の塩焼き ほうれん草の白和え 大根の味噌汁 フルーツ	米、さつまいも 砂糖	たい 木綿豆腐 みそ	ほうれん草、にんじん にんじん、たまねぎ、だいこん、わかめ オレンジ	塩 しょうゆ だし汁
	午後おやつ	牛乳 菓子		牛乳		
2 土	昼食	チキンライス さつまいものグリル ポパイサラダ しめじのスープ フルーツ	米 さつまいも マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）	鶏肉 ツナ缶	たまねぎ、にんじん、グリーンピース ほうれん草、コーン たまねぎ、しめじ	ケチャップ、コンソメ 塩 コンソメ、パセリ粉
	午後おやつ	牛乳 菓子		牛乳		
5 火	昼食	ごはん ★鯛のオリーブオイル焼き 大根の炒り煮 小松菜のおかか和え かぼちゃの味噌汁 フルーツ	米 オリーブ油 砂糖、油	たい 糸かつお みそ	だいこん、にんじん、ねぎ こまつな、キャベツ かぼちゃ、たまねぎ、にんじん、ねぎ バナナ	塩 しょうゆ しょうゆ だし汁
	午後おやつ	牛乳 バナナヨーグルト	砂糖	牛乳 ヨーグルト	バナナ	
6 水	昼食	ごはん 鶏肉のねぎ塩焼き 高野豆腐の煮物 ひじきのサラダ 立冬スープ フルーツ	米 砂糖 マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）	鶏もも肉 高野豆腐 卵	ねぎ たまねぎ、にんじん、グリーンピース にんじん、れんこん、きゅうり、ひじき はくさい、だいこん、にんじん、ねぎ バナナ	塩 だし汁、しょうゆ、塩 しょうゆ 中華だし
	午後おやつ	牛乳 お好み焼き	小麦粉	牛乳 卵、鶏ひき肉	キャベツ、ねぎ	だし汁
7 木	昼食	ごはん 鮭のつけ焼き 大根の煮物 小松菜とえのきの磯和え なめこの味噌汁 フルーツ	米 砂糖	さけ 木綿豆腐、みそ	だいこん、にんじん こまつな、キャベツ、えのき、のり なめこ、たまねぎ、わかめ オレンジ	しょうゆ、みりん だし汁、しょうゆ、みりん しょうゆ、みりん だし汁
	午後おやつ	牛乳 さつまいもケーキ	さつまいも、小麦粉、砂糖、バター	牛乳 卵		しょうゆ、みりん、ベーキングパウダー
8 金	昼食	ごはん 鯛の醤油焼き ブロッコリーとひじきのソテー 大豆入りポテトサラダ きのこのすまし汁 フルーツ	米 油、砂糖 じゃがいも、マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）	たい ツナ缶 大豆	ブロッコリー、コーン、ひじき きゅうり、にんじん たまねぎ、しめじ、えのき、わかめ バナナ	しょうゆ しょうゆ、塩 塩 だし汁、塩、酒、しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 米粉のパンケーキ	砂糖、上新粉、油	牛乳		ベーキングパウダー

9 土	昼食	中華丼 大根のツナ焼き ブロッコリーのおかか和え フルーツ		豚肉 ツナ缶 糸かつお	たまねぎ、キャベツ、にんじん、コーン だいこん ブロッコリー、キャベツ、にんじん	中華だし、しょうゆ みりん、しょうゆ しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 菓子		牛乳		
11 月	昼食	ごはん 鶏肉ののり塩焼き かぼちゃの煮物 白菜ときゅうりの和え物 豆腐のすまし汁 フルーツ	米 砂糖 砂糖	鶏もも肉 木綿豆腐	あおのり かぼちゃ はくさい、きゅうり、にんじん たまねぎ、えのき、わかめ バナナ	塩 だし汁、みりん、しょうゆ しょうゆ だし汁、塩、酒、しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 カルピスケーキ	ホットケーキミックス、油	牛乳 絹豆腐、卵、カルピス		
12 火	昼食	栗ごはん 鮭のねぎ味噌焼き さつまいもと南瓜のきんぴら グリーンサラダ わかめスープ フルーツ	米、くり 油、砂糖 さつまいも、砂糖 砂糖	さけ、みそ	ねぎ かぼちゃ、にんじん、いんげん ブロッコリー、きゅうり、にんじん、コーン もやし、トウモロコシ、わかめ オレンジ	塩、だし汁 みりん しょうゆ しょうゆ 中華だし
	午後おやつ	牛乳 たまごサンド	食パン、マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）	牛乳 卵		塩
13 水	昼食	ごはん 肉じゃが ごぼうサラダ かき玉味噌汁 フルーツ	米 じゃがいも、砂糖 マヨドレ	豚肉 卵、みそ	たまねぎ、にんじん、グリーンピース キャベツ、ごぼう、にんじん たまねぎ、ほうれん草 バナナ	だし汁、しょうゆ、みりん だし汁
	午後おやつ	牛乳 ★マロンパイ	甘栗、ぎょうざの皮、油	牛乳 小豆		
14 木	昼食	ごはん ★鯛のマヨ焼き 蒸しかぼちゃ ほうれん草のおかか和え 大根の味噌汁 フルーツ	米 マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）	たい 糸かつお みそ	かぼちゃ ほうれん草、はくさい、にんじん たまねぎ、だいこん、ねぎ バナナ	しょうゆ、塩 しょうゆ だし汁
	午後おやつ	牛乳 ラスクパン	麦ロールパン、砂糖、油	牛乳		
15 金 ラン チ デー (七五三 お祝い)	昼食	赤飯 鯛の照り焼き さつまいもの焼きコロッケ キャベツの和風サラダ 豆腐のすまし汁 フルーツ	米 さつまいも、パン粉、油	小豆 たい 鶏ひき肉 ツナ缶 木綿豆腐	たまねぎ ブロッコリー、キャベツ、にんじん たまねぎ、にんじん バナナ	しょうゆ、みりん、ケチャップ 中華だし、塩 しょうゆ だし汁、塩、酒、しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 秋のケーキサレ	ホットケーキミックス、さつまいも、マヨドレ	牛乳 牛乳、卵	かぼちゃ、しめじ	塩
16 土	昼食	マーボー丼 グリルかぼちゃ さつまいもとブロッコリーのサラダ しめじのスープ フルーツ	米、片栗粉、砂糖 油 さつまいも、マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）	木綿豆腐、豚ひき肉、みそ	たまねぎ、グリーンピース かぼちゃ ブロッコリー たまねぎ、はくさい、しめじ	ケチャップ、中華だし 塩 中華だし
	午後おやつ	牛乳 菓子		牛乳		

18 月	昼食	ごはん 鯛の磯焼き ひじきの炒め煮 マカロニサラダ ごぼうの味噌汁 フルーツ	米 砂糖 <small>マカロニ、マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）</small>	たい 大豆 木綿豆腐、みそ	あおのり にんじん、ひじき にんじん、きゅうり たまねぎ、ごぼう、にんじん、ねぎ バナナ	しょうゆ だし汁、しょうゆ、みりん だし汁
	午後おやつ	牛乳 ★秋のおにぎり	米、さつまいも	牛乳 さけ		酒
19 火	昼食	ごはん ポークチャップ 青のりポテト ブロッコリーのツナ和え かぼちゃのスープ フルーツ	米 油 じゃがいも 砂糖	豚肉 ツナ缶	たまねぎ、にんじん、しめじ、ピーマン あおのり もやし、ブロッコリー、にんじん かぼちゃ、たまねぎ、えのき バナナ	ケチャップ、しょうゆ、中華だし 塩 しょうゆ 中華だし
	午後おやつ	牛乳 焼きビーフン	ビーフン、油	牛乳 卵	たまねぎ、にんじん、ピーマン	しょうゆ、中華だし
20 水	昼食	ごはん 鶏の塩焼き さつまいものグリル キャベツのサラダ 豆乳入りオニオンスープ フルーツ	米 さつまいも マヨドレ	鶏もも肉 豆乳	こまつな、キャベツ、にんじん たまねぎ、はくさい、コーン バナナ	塩 コンソメ
	午後おやつ	牛乳 ★栗のポンデケーキ	栗の甘露煮、白玉粉、ホットケーキミックス	牛乳 豆乳		
21 木	昼食	ごはん 鯛の甘辛焼き じゃがいもの和え物 パスタサラダ ほうれん草の味噌汁 フルーツ	米 じゃがいも、砂糖 <small>スパゲティ、マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）</small>	たい みそ	にんじん、きゅうり ほうれん草、たまねぎ、にんじん、わかめ オレンジ	しょうゆ、みりん しょうゆ 塩 だし汁
	午後おやつ	牛乳 コーンマヨトースト	食パン、マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）	牛乳 ツナ缶	ブロッコリー、コーン、ピーマン	
22 金	昼食	しそひじきごはん 鮭の塩焼き 大根のおかか焼き さつまいものツナ和え 玉ねぎの味噌汁 フルーツ	米 さつまいも、マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）	さけ 糸かつお ツナ缶 木綿豆腐、みそ	だいこん かぼちゃ、たまねぎ、わかめ バナナ	しそひじきふりかけ 塩 しょうゆ、みりん しょうゆ だし汁
	午後おやつ	牛乳 上新粉蒸しパン	砂糖、上新粉、油	牛乳		ベーキングパウダー
25 月	昼食	ごはん 鯛の塩焼 お好み焼き風オムレツ 大根の和え物 たまねぎのすまし汁 フルーツ	米 片栗粉 砂糖	たい 卵、鶏ひき肉、糸かつお 木綿豆腐	キャベツ、にんじん、ねぎ、あおのり だいこん、きゅうり、わかめ こまつな、たまねぎ バナナ	塩 塩 塩、しょうゆ だし汁、塩、酒、しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 いももち	じゃがいも、片栗粉、マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）	牛乳 ツナ缶	ブロッコリー	塩

26 火	昼食	ごはん 鯛の甘辛焼き 小松菜のおかか和え きのこ卵のスープ フルーツ	米 砂糖	たい 糸かつお 卵	こまつな、キャベツ、にんじん たまねぎ、しめじ、えのき バナナ	しょうゆ、みりん しょうゆ 中華だし
	午後おやつ	牛乳 ★りんごフレンチトースト	食パン、砂糖	牛乳 卵、豆乳	りんごジュース	
27 水 世界の食卓(イタリア)	昼食	★鮭のドリア ★キャベツのペペロンチーノ ★イタリアンサラダ ★ミネストローネ フルーツ	米 スパゲティ、油、オリーブ油 オリーブ油、砂糖 じゃがいも	さけ ツナ缶 大豆	ほうれん草 たまねぎ、キャベツ ブロッコリー、きゅうり、にんじん ホールトマト、にんじん、たまねぎ、コーン バナナ	ホワイトソース、パセリ粉 塩 塩 コンソメ、ケチャップ、パセリ粉
	午後おやつ	牛乳 豆乳プリン	砂糖	牛乳 豆乳	アガー	
28 木	昼食	★秋の根菜カレー コーンの卵焼き 小松菜のナムル フルーツ	米 じゃがいも、砂糖	豚肉 卵	たまねぎ、にんじん、ごぼう、れんこん、しめじ コーン、グリーンピース こまつな、もやし、にんじん バナナ	カレーの王子様 みりん、塩 中華だし、塩
	午後おやつ	牛乳 麩のラスク	バター、麩、グラニュー糖	牛乳		
29 金	昼食	ごはん ハンバーグ えだまめのパスタ ブロッコリーのたまごサラダ かぼちゃとさつまいものクリームスープ フルーツ	米 片栗粉 スパゲティ、油 マヨネーズ(卵禁はマヨドレ使用) さつまいも	豚ひき肉、牛ひき肉、木綿豆腐 しらす干し 卵 豆乳	たまねぎ、にんじん えだまめ ブロッコリー かぼちゃ、たまねぎ バナナ	中華だし 中華だし 塩 コンソメ
	午後おやつ	牛乳 菓子		牛乳		
30 土	昼食	焼き鳥丼 かぼちゃの和え物 小松菜のサラダ しめじのすまし汁 フルーツ	米、砂糖 砂糖	鶏もも肉	たまねぎ、白ねぎ、のり かぼちゃ こまつな、にんじん、コーン だいこん、しめじ、わかめ	しょうゆ、酒、みりん しょうゆ しょうゆ だし汁、しょうゆ、塩
	午後おやつ	牛乳 菓子		牛乳		

※献立は変更になる場合があります。★は新メニューです。

