



令和6年11月分献立表



大府市公私立保育園
令和6年9月18日

日 曜	献立名	使用材料名				午前のおやつ	午後のおやつ	エネルギー たんぱく質 脂質/塩分 ()は未満児
		黄色の食品 熱ゆかりとなるもの	赤色の食品 血や肉や骨になるもの	緑色の食品 体の調子をよくなるもの	調味料・その他			
1 金 ○	ごはん さけの味噌焼き キャベツときゅうりのナムル わかめとえのきのすまし汁	米、ごま油、砂糖、サラダ油	さけ、味噌、わかめ	キャベツ、人参、ねぎ、きゅうり、えのきだけ、白ごま	削り節、醤油、だし昆布、みりん、中華スープの素、酒、塩	牛乳 オレンジ	牛乳 菓子 (源氏パイ)	520.4(482.3) 26.9(25.5) 15.8(15.3) 1.5(1.3)
2 土	おにぎり (鮭・鮭) フルーツゼリー (もも)	おにぎり (鮭・鮭)		フルーツゼリー (もも)		ヨーグルト		
5 火 ○	ごはん はんぺんと野菜の旨煮 玉ねぎとえのきの味噌汁 みかん	米、里芋、砂糖、サラダ油	はんぺん、生揚げ、豚平、味噌、わかめ	みかん、大根、人参、玉ねぎ、糸こんにゃく、えのきだけ	醤油、削り節、だし昆布、酒	牛乳 菓子 (おこさませんべい)	牛乳 菓子 (古代米せんべい) (2枚)	633.3(589.0) 26.8(23.7) 16.5(15.5) 3.2(2.7)
6 水 ○	醤油ラーメン 白菜のごま和え ヨーグルト	中華そば、砂糖、ごま油	ヨーグルト、チキンハム、わかめ	白菜、ほうれん草、キャベツ、コーンホール缶、人参、ねぎ、白ごま	醤油、中華スープの素、塩	牛乳 バナナ	野菜ジュース (白ぶどう&ほうれん草) 菓子 (さくっとあられ)	383.8(443.2) 11.8(18.5) 5.1(8.2) 1.6(1.4)
7 木 ○	ミルクロール ボンキンスープ 切干大根のサラダ	ミルクロール、じゃが芋、ノンエッグマヨネーズドレッシング、サラダ油	鶏挽、チキンハム、かまぼこ	かぼちゃ、玉ねぎ、人参、きゅうり、切干大根、ねぎ、白ごま	コンソメスープの素、塩	牛乳 オレンジ	牛乳 ◆菓蒸しカステラ (小麦粉、砂糖、バター、卵、栗甘露煮、牛乳、ベーキングパウダー)	548.8(505.5) 20.3(18.6) 24.0(21.5) 2.2(1.9)
8 金 ○	ごはん あじの香味焼き 拌三絲 豆腐と人参のすまし汁	米、春雨、片栗粉、サラダ油、砂糖、ごま油	あじ、豆腐、チキンハム、わかめ	人参、きゅうり、ねぎ、にんにく	醤油、削り節、だし昆布、酢、酒、塩	牛乳 黄桃缶	牛乳 菓子 (味しらべ)	599.5(546.1) 28.6(24.7) 15.5(14.0) 2.2(1.8)
9 土	いなり寿司 フルーツゼリー (ぶどう)	いなり寿司		フルーツゼリー (ぶどう)		ヨーグルト		
11 月 ○	ごはん 麻婆豆腐 酢和え 野菜ジュース (野菜生活)	米、砂糖、春雨、サラダ油、片栗粉、ごま油	豆腐、豚挽、味噌	野菜ジュース (野菜生活)、人参、きゅうり、もやし、ねぎ、生姜	酢、醤油、酒、中華スープの素、塩	牛乳 みかん缶	牛乳 菓子 (ほしたべよ)	622.0(563.0) 22.9(20.2) 18.3(16.2) 1.5(1.3)
12 火 ○	クロロール 鶏肉のケチャップ炒め 野菜スープ	クロロール、砂糖、サラダ油	若鶏	玉ねぎ、人参、赤ピーマン、黄ピーマン、ピーマン、パセリ	トマトケチャップ、醤油、コンソメスープの素、カレー粉、酒、塩	牛乳 バナナ	牛乳 ◆ポテトフライ (じゃが芋、サラダ油、塩)	470.8(469.4) 24.3(26.8) 21.5(19.5) 2.3(2.0)
13 水 ○	和風カレーうどん ほうれん草のごま和え 飲むヨーグルト	白玉うどん、砂糖、片栗粉、サラダ油	飲むヨーグルト、豚平、油揚げ	ほうれん草、人参、玉ねぎ、ねぎ、白ごま	カレールー、醤油、削り節、だし昆布、塩	牛乳 菓子 (ふんわりソフトせん)	牛乳 ◆五平餅 (米、砂糖、赤みそ、白ごま、みりん)	621.8(543.0) 24.9(21.8) 18.4(16.3) 2.9(2.4)
14 木 ○	米粉ロール 白身魚のコーン揚げ マカロニサラダ キャベツと玉ねぎのスープ	米粉ロール、小麦粉、マカロニ (グルテンフリー)、ノンエッグマヨネーズドレッシング、サラダ油	ホキ、ウインナー、ツナ、卵	キャベツ、人参、玉ねぎ、コーンクリーム缶、きゅうり、パセリ	ソース、コンソメスープの素、酒、塩	牛乳 オレンジ	牛乳 菓子 (ミレービスケット)	607.2(564.0) 26.4(23.8) 28.9(25.7) 2.6(2.3)
15 金 ○	ツナとわかめの混ぜごはん 豚汁 みかん	米、里芋、サラダ油	豆腐、豚平、ツナ、赤味噌	みかん、大根、人参、玉ねぎ、ごぼう、ねぎ、白ごま	醤油、みりん、わかめご飯の素、塩	牛乳 バナナ	牛乳 洋菓子 (クレープ (いちご))	622.2(592.6) 21.4(24.1) 23.3(21.3) 1.9(1.6)
16 土	おにぎり (鮭・鮭) やさいゼリー	おにぎり (鮭・鮭)		やさいゼリー		ヨーグルト		
18 月 ○	ごはん 三色青椒肉絲 玉ねぎと人参の味噌汁	米、サラダ油、砂糖、ごま油、片栗粉	豚平、味噌	人参、玉ねぎ、赤ピーマン、黄ピーマン、ピーマン、たけのこ、ねぎ、生姜	醤油、酒、削り節、だし昆布、塩	牛乳 オレンジ	牛乳 菓子 (ソフトサラダ)	547.6(487.2) 24.8(21.6) 17.1(15.2) 2.4(1.9)
19 火 ○	ごはん 大豆の五目煮 大根と油揚げの味噌汁	米、砂糖、サラダ油	大豆、豚挽、味噌、油揚げ、ひじき、わかめ	大根、糸こんにゃく、人参、ごぼう	削り節、だし昆布、醤油	牛乳 バナナ	牛乳 ◆ふかし芋 (さつま芋、塩)	565.2(520.2) 24.7(26.4) 15.8(14.3) 2.2(1.8)
20 水 ○	天ぷらうどん こまだれサラダ やさいゼリー	白玉うどん、さつま芋、片栗粉、上新粉、サラダ油、砂糖	若鶏、むきえび	やさいゼリー、人参、玉ねぎ、もやし、きゅうり、キャベツ、ねぎ、生姜、白ごま	醤油、削り節、酢、だし昆布、みりん、塩	牛乳 黄桃缶	牛乳 菓子 (アスパラガスビスケット)	558.6(490.9) 22.4(19.6) 15.8(14.4) 2.4(2.0)
21 木 ○	米粉ロール ハンバーグ 付け合せ 野菜スープ	米粉ロール、米粉 (パン粉)、砂糖、サラダ油	豚挽、豆乳	玉ねぎ、キャベツ、人参、パセリ	トマトケチャップ、ソース、コンソメスープの素、塩	牛乳 オレンジ	◆ヨーグルト和え (ヨーグルト、砂糖、バナナ、黄桃缶、みかん缶、リンゴ)	395.8(423.3) 16.7(17.7) 13.9(15.7) 2.1(1.9)
22 金 ○	ごはん 鮭のタルタルソース焼き キャベツとコーンの炒め物 豆腐とねぎの味噌汁	米、タルタルソース (ノンエッグ)、サラダ油	さけ、豆腐、味噌、わかめ	キャベツ、コーンホール缶、ねぎ、パセリ	削り節、だし昆布、酒、塩	牛乳 バナナ	牛乳 菓子 (あげせんべい)	626.4(588.4) 28.9(29.8) 25.7(23.4) 2.3(2.0)
25 月 ○	ごはん おでん ごま和え	米、里芋、砂糖、サラダ油	厚揚げ、はんぺん、豚挽、赤味噌	大根、人参、もやし、きゅうり、白ごま	醤油、削り節、だし昆布、塩	牛乳 菓子 (おこさませんべい)	牛乳 菓子 (ハッピーターン)	596.7(547.1) 21.8(19.5) 16.4(15.2) 2.5(2.1)
26 火 ○	クロワッサン 米粉のハヤシシチュー 野菜サラダ	じゃが芋、クロワッサン、ノンエッグマヨネーズドレッシング、サラダ油	豚平	玉ねぎ、人参、キャベツ、ブロッコリー、きゅうり、コーンホール缶	塩、コンソメスープの素、米粉のハヤシシチュー	牛乳 オレンジ	牛乳 ◆アップルケーキ (米粉、バター、クッキー用)、砂糖、サラダ油、豆乳、りんご)	575.1(523.5) 17.4(15.9) 29.9(26.6) 1.0(0.9)
27 水	メキシコ風ピラフ コーンスープ みかん	米、サラダ油	むきえび、ウインナー	みかん、玉ねぎ、人参、ピーマン、コーンホール缶、パセリ	トマトケチャップ、コンソメスープの素、酒、カレー粉、塩	牛乳 バナナ	牛乳 洋菓子 (マドレーヌ)	625.0(603.8) 18.6(22.0) 23.0(21.7) 2.3(1.9)
28 木 ○	ごはん 筑前煮 わかめとえのきの味噌汁	米、里芋、砂糖、サラダ油	若鶏、ちくわ、味噌、わかめ	大根、糸こんにゃく、人参、ごぼう、ねぎ、えのきだけ、干しいたけ	醤油、削り節、だし昆布	牛乳 みかん缶	牛乳 ◆豆乳ときな粉のケーキ (小麦粉、グラニュー糖、バター、豆乳、卵、きな粉、ベーキングパウダー)	593.7(520.7) 26.3(22.5) 15.2(13.7) 2.9(2.3)
29 金 ○	大根とさんまの炊き込みごはん 拌三絲 豆腐とねぎの味噌汁	米、春雨、砂糖、ごま油、サラダ油	豆腐、さんま (味付)、チキンハム、味噌、わかめ	大根、きゅうり、人参、ねぎ、生姜	醤油、削り節、酒、だし昆布、酢	牛乳 バナナ	牛乳 菓子 (あげびの実クッキー) (プレーン)	570.2(540.3) 22.9(25.1) 19.2(17.8) 2.8(2.2)
30 土	いなり寿司 フルーツゼリー (みかん)	いなり寿司		フルーツゼリー (みかん)		ヨーグルト		

◆は手作りおやつです。
※日にちの欄に○印がついている日は箸を持ってきてください。 ※材料の納品状況などにより、献立が変更する場合があります。ご了承ください。 ※太枠の日は、卵・乳アレルギーに対応した別メニューを用意しています。