たちばな保育園
2026年11月給食予定献立表

アレルギー表示　　■小麦　＊そば　●卵　▲乳　◆落花生　☆えび　◎かに　▽くるみ

行事	日付	曜日	昼食	主な材料と体内での働き				AMおやつ 0さいのみ		PMおやつ ★は手作りおやつ	
				主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	材料	献立	材料
世界の料理（ロシア）	2	月	麦入りごはん コトレータ ブロッコリーのサラダ スープ	■/▲ハンバーグ	ブロッコリー・人参・コーン 玉ねぎ・人参・わかめ	米(国産)・押麦 ■小麦粉・■パン粉・油 マヨネーズタイプ(卵不使用)	コンソメ	ハイハイン お茶	ハイハイン 麦茶	★黒糖お麸ラスク 牛乳	■おつゆ麸・▲マーガリン 黒砂糖 ▲牛乳
	4	水	麦入りごはん 鶏肉の生姜焼き キャベツの和え物 厚揚げの煮物 すまし汁	鶏肉 生揚げ	しょうが キャベツ・きゅうり・人参 さやいんげん 玉ねぎ・小松菜・人参	米(国産)・押麦 砂糖・油 砂糖 砂糖	■醤油・本みりん・料理酒 だし・■醤油 だし・■醤油・料理酒 だし・■醤油・塩	野菜ハイハイン お茶	野菜ハイハイン 麦茶	★豆腐のふんわりクッキー 牛乳	■小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 油・豆腐 ▲牛乳
	5	木	ごはん アジの焼南蛮 マカロニサラダ 切干大根と大豆の煮物 味噌汁	あじ ■/●/▲ハム 大豆 豆腐・赤みそ	玉ねぎ・人参・ピーマン きゅうり・コーン 切干大根・人参・さやいんげん 玉ねぎ・わかめ	米(国産) ■小麦粉・油・砂糖・ごま油 ■マカロニ・マヨネーズタイプ(卵不使用) 油・砂糖	■酢・■醤油 だし・■醤油・料理酒 だし	ハイハイン お茶	ハイハイン 麦茶	ビスケット（マリー） 牛乳	■/▲マリービスケット ▲牛乳
いい歯の日 メニュー カルシウム強化メニュー	6	金	ごはん 岩石揚げ 白菜とブロッコリーのおかか和え 豚汁	大豆 かつお節 豚肉・赤みそ	ひじき 白菜・ブロッコリー・人参 大根・しめじ・ごぼう・大根の葉	米(国産) さつま芋・■小麦粉・砂糖・油 砂糖	■醤油・塩 だし・■醤油 だし	野菜ハイハイン お茶	野菜ハイハイン 麦茶	★たべるいりこ 0.1才ビスコのみ ビスコ 牛乳	いりこ・白ごま・砂糖 ■醤油・本みりん ■/▲ビスコ ▲牛乳
	7	土	けんちんうどん キャベツとコーン和え物 フルーツ（バナナ）	鶏肉・豆腐	ごぼう・大根・人参・ほうれん草 キャベツ・コーン・人参 バナナ	でん粉・■うどん 砂糖	だし・■醤油・本みりん・塩 だし・■醤油			やわらかおかき 牛乳	やわらかおかき（のり塩味） ▲牛乳
鉄強化 メニュー	9	月	ごはん 千草焼 ほうれん草の納豆和え 味噌汁	●卵・豚ひき肉 納豆 油揚げ・赤みそ	人参・干しいたけ・さやいんげん ほうれん草・白菜・人参 大根・かぼちゃ	米(国産) 油・砂糖	■醤油・本みりん・だし ■醤油・だし だし	ハイハイン お茶	ハイハイン 麦茶	せんべい（ぼたぼた焼） 牛乳	■ぼたぼた焼き ▲牛乳
	10	火	ロールパン 鶏肉とさつま芋のシチュー 野菜サラダ フルーツ（オレンジ）	鶏肉・▲スキムミルク	玉ねぎ・人参・ブロッコリー キャベツ・赤パプリカ・人参・コーン オレンジ	■/▲ロールパン さつま芋・油 油・砂糖	■/▲クリームシチューミックス ■酢・■醤油	野菜ハイハイン お茶	野菜ハイハイン 麦茶	★味噌おにぎり お茶	米(国産)・■醤油・赤みそ 本みりん・砂糖 麦茶
	11	水	麦入りごはん 揚げ白身魚の味噌がらめ 根菜の煮物 かき玉汁	ホキ・赤みそ ●卵・豆腐	大根・ごぼう・人参・さやいんげん 玉ねぎ・青ねぎ	米(国産)・押麦 でん粉・油・砂糖 砂糖	■醤油・本みりん・だし だし・■醤油 だし・■醤油・塩	ハイハイン お茶	ハイハイン 麦茶	★2色ゼリー 牛乳	寒天・りんごジュース 砂糖・ダイスゼリー(みかんFe) ▲牛乳
お弁当の日	12	木						野菜ハイハイン お茶	野菜ハイハイン 麦茶	せんべい（星たべよ） 牛乳	■星型せんべい ▲牛乳
										遠足おやつ（アレルギー表示なし： きなこおかきミニパック・コンソメコーン 豆乳クッキー・ペアビスケット	
	13	金	大根の和風カレー キャベツのサラダ フルーツ（パイン缶）	豚肉・■鶏レバー煮込み	大根・玉ねぎ・人参・まいたけ・えのきたけ キャベツ・コーン・人参 パイン（缶詰）	米(国産)・油 マヨネーズタイプ(卵不使用)	だし・■/▲カレールウ	ハイハイン お茶	ハイハイン 麦茶	ビスケット（シガーフライ） 牛乳	■シガーフライ ▲牛乳
	14	土	中華丼 シューマイ フルーツ（オレンジ）	豚肉 ■しゅうまい	白菜・玉ねぎ・人参・干しいたけ オレンジ	油・でん粉・米(国産)	鶏がらスープ・■醤油・塩・料理酒			クラッカー（ルヴァン） 牛乳	■クラッカー ▲牛乳
	16	月	ごはん 家常豆腐 蒸し野菜 中華スープ	豚肉・■鶏レバー煮込み・生揚げ・赤みそ	玉ねぎ・干しいたけ・ピーマン・にんにく・しょうが ブロッコリー・人参 白菜・ほうれん草・人参	米(国産) 油・砂糖・でん粉	■醤油・料理酒・鶏がらスープ 塩 鶏がらスープ	ハイハイン お茶	ハイハイン 麦茶	★小松菜マフィン 牛乳	■小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 豆腐・油・小松菜 ▲牛乳
お誕生会 メニュー	17	火	わかめごはん フライドチキンカレー風味 ブロッコリーとカボチャのサラダ スープ デザート（りんごゼリー）	鶏肉	わかめご飯の素 にんにく ブロッコリー・かぼちゃ 白菜・チンゲン菜・人参	米(国産) ■小麦粉・油 マヨネーズタイプ(卵不使用) りんごゼリー	塩・カレーパウダー 塩 コンソメ	野菜ハイハイン お茶	野菜ハイハイン 麦茶	★お誕生会ケーキ（ココア） 牛乳	■小麦粉・ココアパウダー・ベーキングパウダー・砂糖 豆腐・油・いちごジャム・みかん(缶詰) ▲牛乳
	18	水	麦入りごはん 赤魚の土佐焼 小松菜のごま和え 切干大根の煮物 味噌汁	赤魚・かつお節 ■ちくわ 豆腐・赤みそ	小松菜・太もやし・人参 切干大根・さやいんげん・干しいたけ 玉ねぎ・青ねぎ	米(国産)・押麦 砂糖・■小麦粉・油 砂糖・白ごま 砂糖	■醤油・本みりん だし・■醤油 だし・■醤油・料理酒 だし	ハイハイン お茶	ハイハイン 麦茶	★きなこと黒糖のスコーン 牛乳	■小麦粉・ベーキングパウダー・きな粉・黒砂糖 砂糖・▲マーガリン・▲牛乳 ▲牛乳
	19	木	ごはん 鶏肉のバーベキューソース フライドポテト ほうれん草の塩昆布和え 味噌汁	鶏肉 油揚げ・赤みそ	白菜・ほうれん草・人参・■塩昆布 玉ねぎ・人参	米(国産) ■小麦粉・油・砂糖・でん粉 ■ポテトフライ・油	塩・ウスターソース・トマトケチャップ・■醤油・コンソメ 塩 だし だし	野菜ハイハイン お茶	野菜ハイハイン 麦茶	★ごまごま蒸しパン 牛乳	■小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 白ごま・黒ごま ▲牛乳
食の記念日 （れんこん）	20	金	麦入りごはん サバの照焼 チンゲン菜のサラダ 根菜ひじき煮 味噌汁	さば 平天 生揚げ・赤みそ	チンゲン菜・キャベツ・人参 れんこん・人参・ひじき・さやいんげん 玉ねぎ・青ねぎ	米(国産)・押麦 油・砂糖 マヨネーズタイプ(卵不使用) 砂糖	■醤油・本みりん だし・■醤油・本みりん だし	ハイハイン お茶	ハイハイン 麦茶	ソフトせんべい 牛乳	■ソフトせんべい ▲牛乳
	21	土	五目あんかけうどん もやしとささみの和え物 フルーツ（バナナ）	油揚げ 鶏ささみ	人参・ほうれん草・玉ねぎ・干しいたけ 太もやし・きゅうり・コーン バナナ	■うどん・でん粉 砂糖	だし・■醤油・本みりん・塩 だし・■醤油			ミニアスパラガス 牛乳	■アスパラガスビスケット ▲牛乳
	24	火	ごはん 鶏肉の唐揚げ ポテトサラダ たまごスープ	鶏肉 ●卵	しょうが ミックスベジタブル 玉ねぎ・ほうれん草	米(国産) ■小麦粉・でん粉・油 じゃが芋・マヨネーズタイプ(卵不使用)	■醤油・料理酒 塩 コンソメ	野菜ハイハイン お茶	野菜ハイハイン 麦茶	★きなこマカロニ 牛乳	■マカロニ・油・きな粉 砂糖・塩 ▲牛乳
	25	水	麦入りごはん 赤魚の味噌煮 小松菜の菜種和え すまし汁 フルーツ（パイン缶）	赤魚・赤みそ ●卵	しょうが 小松菜・キャベツ 玉ねぎ・人参・青ねぎ パイン（缶詰）	米(国産)・押麦 砂糖 ごま油・砂糖	だし・本みりん ■醤油・だし だし・■醤油・塩	ハイハイン お茶	ハイハイン 麦茶	ビスケット（シガーフライ） 牛乳	■シガーフライ ▲牛乳
	26	木	鶏味噌ラーメン ブロッコリーの和え物 フルーツ（バナナ）	鶏肉・赤みそ	玉ねぎ・人参・太もやし・小松菜・にんにく・しょうが ブロッコリー・キャベツ・人参 バナナ	■中華麺・油・ごま油 砂糖	■醤油・鶏がらスープ・塩 ■醤油・だし	野菜ハイハイン お茶	野菜ハイハイン 麦茶	★たぬきおにぎり お茶	米(国産)・あおさのり・■天かす ■醤油・かつお節 麦茶
	27	金	ごはん 豚肉とごぼうの柳川風煮 小松菜の和え物 味噌汁 フルーツ（みかん缶）	豚肉・●卵 赤みそ	ごぼう・玉ねぎ・人参・グリンピース 小松菜・白菜・人参 玉ねぎ・かぼちゃ・青ねぎ みかん(缶詰)	米(国産) 砂糖・でん粉 砂糖	だし・■醤油・本みりん だし・■醤油 だし	ハイハイン お茶	ハイハイン 麦茶	★いりこ入りお好み焼き 0.1才ぱりんこのみ 牛乳	■お好み焼き粉・いりこ・キャベツ・人参 油・■とんかつソース・あおさのり・かつお節 ▲牛乳
	28	土	肉豆腐丼 もやしの和え物 味噌汁	豚肉・焼豆腐 ■ちくわ・赤みそ	玉ねぎ・干しいたけ・青ねぎ 太もやし・小松菜・人参 人参	砂糖・米(国産) 砂糖 さつま芋	だし・本みりん・料理酒・■醤油 だし・■醤油 だし			クラッカー（ルヴァン） 牛乳	■クラッカー ▲牛乳
	30	月	ごはん 鶏肉の照焼 ほうれん草の和え物 かぼちゃと大豆の煮物 味噌汁	鶏肉 大豆 赤みそ	ほうれん草・白菜・人参 かぼちゃ 大根・玉ねぎ・大根の葉	米(国産) 砂糖・油 砂糖 砂糖	■醤油・本みりん だし・■醤油 だし・■醤油・料理酒 だし	野菜ハイハイン お茶	野菜ハイハイン 麦茶	せんべい（ソフトサラダ） 牛乳	ソフトサラダせんべい ▲牛乳

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。

・世界の料理・ロシア（11/2　コトレータ）
・食の記念日は「れんこん」の日（11/17）です。11/20にれんこん入りの根菜ひじき煮を提供します。

・11/8日は「イイ歯の日」です。（11/6にかみかみメニューを入れています。）
　しっかり噛んで食べることで唾液をいっぱい出し、口の中を綺麗に保ち、虫歯の予防もしましょう。

～強化メニューについて～
「鉄強化メニュー」では、鉄分の多い食材（卵や鶏レバー・大豆製品など）を使用した献立です。（11/9　千草焼・ほうれん草の納豆和え）
「カルシウム強化メニュー」・・・毎月1回 午後のおやつに「いりこ」を提供します。