

令和7年

11月の献立表



今月のリクエストメニューは

11日 いせ すずの ちゃん [鶏のから揚げ] です。

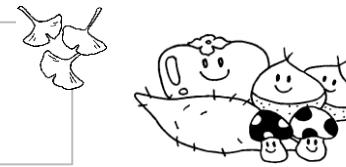


27日は「子ども報恩講」です。
「報恩講」とはしんらん様のご苦労を偲びご恩に感謝すると言う意味です。
保育所では、子ども達が感謝の気持ちを持ち料理（おどき）をいただきます。



浜田ひかり保育所

担当 和家



1(土)

味噌込みご飯・豆腐のみぞ汁

パナナ

☆ 米 人参 乾椎茸 油揚げ 鶏肉 醤油 酒 塩
☆ 木綿豆腐 人参 玉葱 ねぎ みそ だし

せんべい・牛乳

8(土)

鶏とひじきの味噌込みご飯

大根のみぞ汁・パナナ

☆ 米 鶏肉 芽ひじき ごぼう 人参 グリンピース
酒 茄 薄口醤油 塩
☆ 大根 人参 玉葱 ねぎ みそ だし

せんべい・牛乳

15(土)

肉そぼろの混ぜご飯

キャベツのみぞ汁・パナナ

☆ 米 鶏挽肉 しうが 砂糖 醤油 人參
グリンピース
☆ キャベツ 玉葱 人参 ねぎ だし みそ

せんべい・牛乳

22(土)

チキンライス・ポテトスープ

パナナ

☆ 米 鶏肉 人参 玉葱 グリンピース マーガリン
ケチャップ コソメ 塩 こしょう
☆ ジャガイモ 人参 玉葱 バセリ コンソメ 塩
薄口醤油 こしょう

3(月)	4(火)	5(水)	6(木)	7(金)	8(土)
文化の日 	味ご飯・おでん・白菜の白和え みのすまし汁 ☆ 大根 人参 こんにゃく 生揚げ 鶏肉 竹輪 結び昆布 さつま揚げ だし 砂糖 塩 醤油 酒 ☆ 白菜 人参 コーン 木綿豆腐 みそ 砂糖 ごま ☆ お麸 ウカメ 玉葱 ねぎ だし 塩 薄口醤油	味ご飯・ひかりりんか汁・鶏の棒焼 キャベツのごま和え・えのきのみぞ汁・オレンジ ☆ きな粉 いりこ 混合ワカメ ごま 味付のり 脊髄 砂糖 塩 ☆ 鶏肉 梅干し みそ みりん 砂糖 ☆ キャベツ 人参 ごま 醤油 ☆ えのき 玉葱 人参 ねぎ だし みそ	味ご飯・サケのホイル焼き 切干大根の含め煮・なすのみぞ汁・みかん ☆ サケ 塩 こしょう 玉葱 椎茸 えのき マーガリン 醤油 ☆ 切干大根 さつま揚げ 人参 いんげん 油 砂糖 みりん 醤油 だし ☆ なす 玉葱 ねぎ だし みそ お麸	愛情ペんとうの日 	鶏とひじきの味噌込みご飯 大根のみぞ汁・パナナ ☆ 米 鶏肉 芽ひじき ごぼう 人参 グリンピース 酒 茄 薄口醤油 塩 ☆ 大根 人参 玉葱 ねぎ みそ だし
10(月)	11(火)誕生日	12(水)	13(木)	14(金)	15(土)
食パン・エビフライ・たまごソース キャベツ添え・具だくさんスープ ☆ エビフライ油 ☆ 卵 マヨネーズ 塩 ☆ キャベツ 塩 ☆ ウィンナー さつま芋 人参 玉葱 ブロッコリー コンソメ 塩 こしょう 薄口醤油	さつま芋ごはん・鶏のから揚げ もやしのナムル・かき丼汁・みかん ☆ 米 塩 さつま芋 ごま ☆ 鶏肉 醤油 塩 ににくしょうが 片栗粉 油 ☆ もやし きゅうり ごま油 塩 薄口醤油 ☆ 卵 えのき 玉葱 ねぎ だし 薄口醤油 塩	味ご飯・ポテトオムレツ ひじきのゴマ和え・チンゲン菜のスープ ☆ 卵 じが芋 ベーコン 玉葱 人参 コーン ほうれん草 コソメ 油 ケチャップ 塩 こしょう ☆ 芽ひじき ツナ缶 玉葱 きゅうり 人参 ごま 酢 薄口醤油 砂糖 ☆ チンゲンサイ もやし 人参 鶏がら 塩 薄口醤油	味ご飯・きのこのハヤシライス れんこんのサラダ・りんご ☆ ハヤシル肉 牛肉 玉葱 人参 しめじ マッシュルーム 椎茸 ウスター調味料 こしょう 片栗粉 小麦粉 コソメ ケチャップ ☆ れんこん みりん 薄口醤油 きゅうり 人参 竹輪 マヨネーズ ごま	味ご飯・豚肉の生姜焼き 小松菜のごま和え・なすとワカメのみぞ汁 ☆ 豚肉 玉葱 ピーマン バブリカ しうが 醤油 砂糖 酒 みりん 油 片栗粉 ☆ 小松菜 人参 コーン ごま 醤油 ☆ なす 玉葱 ねぎ だし みそ わかめ	肉そぼろの混ぜご飯 キャベツのみぞ汁・パナナ ☆ 米 鶏挽肉 しうが 砂糖 醤油 人參 グリンピース ☆ キャベツ 玉葱 人参 ねぎ だし みそ
コーンスナック・牛乳 ☆ マシュマロ バター コーンフレーク ボン菓子	かぼちゃカナッペ・牛乳 ☆ かぼちゃ 砂糖 生クリーム ソーダークラッカー	ヨーグルトパフェ・お茶 ☆ ヨーグルト 砂糖 バナナ りんご みかん缶 白桃缶 コーンフレーク	きな粉クリームパン・牛乳 ☆ ロールパン きな粉 牛乳 砂糖 ホイップクリーム	きのこの和風スパゲティー・お茶 ☆ スパゲティ ベーコン 玉葱 エリンギ えのき 椎茸 しそ 刻みのり オリーブ油 醤油 塩 こしょう 昆布だし	せんべい・牛乳
17(月)	18(火)	19(水)	20(木)	21(金)	22(土)
味ご飯・タイの酸東漬け きゅうりの酢の物・もやしのすまし汁 ☆ タイみそ みりん 酒 砂糖 油 ☆ きゅうり 大根 ワカメ みかん缶 砂糖 酢 塩 ☆ もやし 人参 ねぎ だし 塩 薄口醤油	味ご飯・ホイコーロー・パンサンスター 二郎ときくらげのスープ・みかん ☆ 豚肉 キャベツ ピーマン バブリカ みそ 砂糖 酒 みりん 醤油 しうが ににく ごま油 ☆ はるさめ きゅうり 人参 錦糸卵 砂糖 酢 ごま油 醤油 ☆ にら 玉葱 さくらげ 鶏がら 塩 薄口醤油 こしょう	味ご飯・ひかりりんか汁・サバの竜田揚げ かぼちゃサラダ・しめじのみぞ汁 ☆ きな粉 いりこ 混合ワカメ ごま 味付のり 脊髄 砂糖 塩 ☆ サバ しうが 醤油 砂糖 みりん 酒 片栗粉 油 ☆ かぼちゃ きゅうり チーズ マヨネーズ こしょう ☆ 玉葱 しめじ ねぎ みそ だし	味ご飯・鶏のチーズパン粉焼き コールスローサラダ・ミルクスープ ☆ 鶏肉 塩 油 マヨネーズ 粉チーズ パン粉 バセリ ☆ キャベツ きゅうり 人参 レーズン 油 酢 塩 こしょう マヨネーズ ☆ ベーコン 人参 玉葱 さつま芋 しめじ 白菜 油 牛乳 コソメ 塩 こしょう	豆乳タンタン さつま芋のてんぱら・オレンジ ☆ 中華めん 豚挽肉 鶏ひき肉 玉葱 人参 キャベツ 竹輪 ねぎ 油 豆乳 ににく しうが ごま だし 鶏がら 醤油 塩 ☆ さつま芋 塩 ぶらん粉 油	チキンライス・ポテトスープ パナナ ☆ 米 鶏肉 人参 玉葱 グリンピース マーガリン ケチャップ コソメ 塩 こしょう ☆ ジャガイモ 人参 玉葱 バセリ コンソメ 塩 薄口醤油 こしょう
お鮭ラスク・牛乳 ☆ お麸 きな粉 砂糖 マーガリン	フライドポテト・牛乳 ☆ フライドポテト 油 塩	野菜マ芬・牛乳 ☆ 小麦粉 ベーキングパウダー 卵 牛乳 かぼちゃ 小松菜 コーン ウインナー 油 マヨネーズ 砂糖 チーズ	れんこんおにぎり・お茶 ☆ 米 小麦粉 べき卵 卵 人參 合挽肉 れんこん 醤油 砂糖 みりん 酒 グリンピース	牛乳もち・お茶 ☆ 牛乳 砂糖 片栗粉 きな粉 塩	せんべい・牛乳
24(月)	25(火)	26(水)	27(木) おどき	28(金)	29(土)
勤労感謝の日 振替休日 	味ご飯・アジの麻婆漬け・大根サラダ えのきのすまし汁 ☆ アジ 塩 しうが 酒 醤油 片栗粉 油 砂糖 酢 薄口醤油 玉葱 人参 ピーマン ☆ 大根 きゅうり 人参 ウカメ 竹輪 マヨネーズ ごま 薄口醤油 ☆ えのき 玉葱 ねぎ だし 薄口醤油 塩	味ご飯・ヤンニョムチキン・もやしのナムル わかめスープ・りんご ☆ 鶏肉 みりん 塩 ごま油 片栗粉 ごま ケチャップ 醤油 砂糖 ににく ☆ もやし きゅうり ごま油 塩 薄口醤油 ☆ ウカメ 小松菜 玉葱 鶏がら 塩 薄口醤油	味ご飯・厚揚げと昆布の含め煮・怖なます ほれん草のおかか和え・春菊のみぞ汁 みかん・たくあん (以上見・ものみ) ☆ 生揚げ 結び昆布 醤油 砂糖 みりん ☆ かぶ かき 酢 砂糖 塩 ☆ ほれん草 もやし 人参 脊髄 醤油 ☆ えのき 玉葱 春菊 だし みそ	きのこの味噌込みご飯・高野豆腐の卵とじ キャベツのごま和え・かぼちゃのみぞ汁 ☆ 米 まいだけ しめじ 椎茸 人参 さつま揚げ 薄口醤油 塩 酒 ☆ 鶏肉 高野豆腐 玉葱 人参 グリンピース だし 醤油 酒 砂糖 塩 卵 ☆ キャベツ 人参 ごま 醤油 ☆ かぼちゃ 玉葱 ねぎ だし みそ	サケの混ぜご飯・しめじのみぞ汁 パナナ ☆ 米 サケ 小松菜 塩 ごま ☆ 玉葱 しめじ 人参 ねぎ みそ だし ☆ バナナ
たまご蒸しパン・牛乳 ☆ ホットケーキミックス 牛乳 卵 油 砂糖 薄口醤油 塩 酒	ひじきおにぎり・お茶 ☆ 米 妻 ツナ缶 人参 芽ひじき だしこんぶ 薄口醤油	ピザトースト・牛乳 ☆ 食パン ウインナー ピザ用チーズ 玉葱 コーン ピーマン ピザソース	フルーツパンチ・お茶 ☆ 砂糖 みかん缶 りんご キウフルーツ バナナ	せんべい・牛乳	

・ ★印はよく噛めるようにカミカミメニューにしています。 ふじぐみの誕生日月の子にリクエストメニューを聞いています。 行事、材料の都合により、献立を一部変更することがあります。