



## 11月の幼児食



2025年

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前						1 麦茶、ぱりんこ
昼食		<b>季節の野菜や果物を食べてみよう☆ たけのこや梨などがありますよ！</b>				豚丼 きゅうりの中華風サラダ 豆腐スープ オレンジ
午後						麦茶、ホームパイ
午前	3	4 麦茶、ヨーグルト	5 牛乳	6 乳酸菌飲料	7 牛乳	8 麦茶、ぼたぼた焼
昼食		ご飯 焼肉 はるさめサラダ 切り干し大根のみぞ汁 バナナ	ご飯 肉豆腐 小松菜のごまマヨ和え さつまいもとしめじのみぞ汁 りんご	たけのこ御飯 田舎煮 もやしの納豆和え 凍り豆腐のみぞ汁 柿	なすミートスパゲティー ポテトサラダ おくらスープ オレンジ	鶏肉の照り焼き丼 枝豆の白和え バナナ
午後		牛乳、ココナッツサブレ		牛乳、じゃこマヨトースト	牛乳、ぼたぼた焼き	牛乳、昆布とツナのおにぎり
午前	10 牛乳	11 麦茶、鉄入りウエハース	12 牛乳	13 野菜ジュース	14 牛乳	15 麦茶、うす焼きせんべい
昼食	ご飯 豚肉の柳川風煮物 大豆とひじきのサラダ 豆腐のみぞ汁 バナナ	ご飯 たらのコーンマヨネーズ焼き さつま芋と昆布の煮物 わかめのすまし汁 みかん	ご飯 豆腐の肉あんかけ かぼちゃサラダ ニラのスープ パイン缶	ご飯 ぶりのみぞ照り焼き さつま芋素揚げ えのきのすまし汁 りんご	ご飯 さわらの香味焼き 厚揚げとじゃが芋のそぼろ煮 かぶのみぞ汁 バナナ	チキンライス さつま芋の甘煮 わかめスープ グレープフルーツ
午後	牛乳、ジャムサンド（いちご）	牛乳、じゃが芋のチーズ焼き	牛乳、ぼたぼた焼き	牛乳、バナナホットケーキ	牛乳、星たべよ	麦茶、ココナッツサブレ
午前	17 牛乳	18 麦茶、ぱりんこ	19 牛乳	20 りんごジュース	21 牛乳	22 麦茶、カルシウムせんべい
昼食	ご飯 さばのおろし煮 おくらの梅和え さつま芋のみぞ汁 オレンジ	食育ごはん 豚肉の甘み炒め ブロッコリーのおかか和え じゃが芋フライ 白菜と崩し豆腐のとろみスープ 梨	ちゃんぽんラーメン ほうれん草とツナの酢和え バナナ	ご飯 たらのレモン風味焼き 切干し大根の旨煮 貝だくさんすまし汁 オレンジ	ご飯 鶏肉のパン粉焼き はるさめサラダ じゃかいものスープ りんご	カレーうどん キャベツとツナのサラダ バナナ
午後	牛乳、ピスコ	牛乳、星たべよ	牛乳、おにぎり（とりそぼろ）	牛乳、たべっこどうぶつ	牛乳、スイートポテト	麦茶、ギンビスアスパラガス
午前	24	25 麦茶、たべっこどうぶつ	26 牛乳	27 オレンジジュース	28 牛乳	29 麦茶、ピスコ
昼食		ご飯 豆腐の中華煮 きゅうりとささみのごまサラダ なめこのみぞ汁 りんご	食パン クリームシチュー パスタサラダ バナナ	とうもろこし御飯 鮭の梅味噌焼き かぼちゃの甘煮 玉ねぎのみぞ汁 みかん缶	ご飯 たらのごま風味焼き さつまいもサラダ 豆腐すまし汁 グレープフルーツ	ご飯 スタミナ納豆 ほうれん草とツナのあえ物 わかめのみぞ汁 りんご
午後		牛乳、フライドポテト	牛乳、おにぎり（さけ）	牛乳、米粉蒸しパン	麦茶、フルーツヨーグルト	麦茶、白い風船

☆発注や園の行事などの関係で献立が変更になる場合がございますので、ご了承ください。

## 【服部クッキング監修メニュー献立担当の方からのメッセージ】

銀杏の葉が黄色く、紅葉の葉は赤色に色づく美しい季節になりました。

この時期はお米やお芋が美味しいになります。皆さんもお芋掘りに行きましたか？

今回はさつまいもではなく、じゃが芋を使ったカリカリのフライとお味噌の香ばしい匂いと  
甘塩っぱい味で、ご飯がいっぱい食べられる豚肉の味噌炒めの献立です。

	I摂取 - kcal	タンパク g	脂質 g	食塩 g
3才以上児	522	20.2	15.2	1.6
目標量	562	22.5	15.6	1.6
3才未満児	434	17	12.7	1.4
目標量	455	18.2	12.6	1.3



## 11月の離乳食(12-18ヶ月)



2025年

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	
午前							
昼食		<b>季節の野菜や果物を食べてみよう☆ たけのこや梨などがありますよ！</b>					
午後							
午前	3	4 麦茶、ヨーグルト	5 牛乳	6 乳酸菌飲料	7 牛乳	8 麦茶、どうぶつビスケット	
昼食			ご飯 焼肉 はるさめサラダ 切り干し大根のみぞ汁 バナナ	ご飯 肉豆腐 小松菜のごまマヨ和え さつまいもとしめじのみぞ汁 りんご	たけのこ御飯 田舎煮 もやしの納豆和え 凍り豆腐のみぞ汁 柿	なすミートスパゲティー ボテサラダ おくらスープ オレンジ	
午後			牛乳、ココナッツサブレ	牛乳、じゃこマヨトースト	牛乳、ミルクウエハース	牛乳、ツナのおにぎり	
午前	10 牛乳	11 麦茶、ひじきせんべい	12 牛乳	13 野菜ジュース	14 牛乳	15 麦茶、ヨーグルト	
昼食	ご飯 豚肉の柳川風煮物 大豆とひじきのサラダ 豆腐のみぞ汁 バナナ		ご飯 たらのコーンマヨネーズ焼き さつま芋と昆布の煮物 わかめのすまし汁 みかん	ご飯 豆腐の肉あんかけ かぼちゃサラダ ニラのスープ グレープフルーツ	ご飯 ぶりのみそ照り焼き さつま芋素揚げ えのきのすまし汁 りんご	ご飯 さわらの香味焼き 厚揚げとじゃが芋のそぼろ煮 かぶのみぞ汁 バナナ	
午後	牛乳、ジャムサンド（いちご）		牛乳、じゃが芋のチーズ焼き	牛乳、小魚せんべい	牛乳、バナナホットケーキ	牛乳、ハイハイン	
午前	17 牛乳	18 麦茶、バナナクッキー	19 牛乳	20 りんごジュース	21 牛乳	22 麦茶、ハイハイン	
昼食	ご飯 さばのおろし煮 おくらの梅和え さつま芋のみぞ汁 オレンジ		ご飯 豚肉の甘みそ炒め フロッコリーのおかか和え じゃが芋フライ 白菜と崩し豆腐のとろみスープ 梨	ちゃんぽんラーメン ほうれん草とツナの酢和え バナナ	ご飯 たらのレモン風味焼き 切干し大根の旨煮 貝だくさんすまし汁 オレンジ	ご飯 鶏肉のパン粉焼き はるさめサラダ じゃかいものスープ りんご	
午後	牛乳、野菜家族		牛乳、どうぶつビスケット	牛乳、おにぎり（とりそぼろ）	牛乳、小魚せんべい	牛乳、スイートポテト	
午前	24	25 麦茶、野菜家族	26 牛乳	27 オレンジジュース	28 牛乳	29 麦茶、ひじきせんべい	
昼食			ご飯 豆腐の中華煮 きゅうりとささみのごまサラダ なめこのみぞ汁 りんご	食パン クリームシチュー パスタサラダ バナナ	とうもろこし御飯 鮭の梅味噌焼き かぼちゃの甘煮 玉ねぎのみぞ汁 みかん缶	ご飯 たらのごま風味焼き さつまいもサラダ 豆腐すまし汁 グレープフルーツ	
午後			牛乳、フライドポテト	牛乳、おにぎり（さけ）	牛乳、米粉蒸しパン	麦茶、バナナヨーグルト	
	<p>☆発注や園の行事などの関係で献立が変更になる場合がございますので、ご了承ください。</p> <p><b>【服部クッキング監修メニュー献立担当の方からのメッセージ】</b></p> <p>銀杏の葉が黄色く、紅葉の葉は赤色に色づく美しい季節になりました。 この時期はお米やお芋が美味しいになります。皆さんもお芋掘りに行きましたか？ 今回はさつまいもではなく、じゃが芋を使ったカリカリのフライとお味噌の香ばしい匂いと 甘塩っぱい味で、ご飯がいっぱい食べられる豚肉の味噌炒めの献立です。</p>						





## 11月の離乳食(9-11ヶ月)



2025年

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前						1 麦茶、ヨーグルト
昼食						5倍粥 豆腐と豚肉のみぞ煮 豆腐スープ オレンジ ミルク
午後						麦茶、じゃが芋のコロコロ焼き、ミルク
午前	3	4 麦茶、ヨーグルト	5 麦茶、バナナクッキー	6 麦茶、ハイハイン	7 麦茶、ヨーグルト	8 麦茶、ヨーグルト
昼食		5倍粥 豚肉のしょうゆ煮 玉ねぎのみぞ汁 バナナ ミルク	5倍粥 肉豆腐 かぶのみぞ汁 りんご ミルク	5倍粥 鶏肉のとろみ煮 納豆と大根のみぞ汁 バナナ ミルク	なす和風パスタ おくらスープ オレンジ ミルク	5倍粥 鶏肉の照り煮 わかめのみぞ汁 バナナ ミルク
午後		麦茶、やきいもクッキー、ミルク	麦茶、ミルク、小魚せんべい	麦茶、ミルクウエハース、ミルク	麦茶、おかか粥、ミルク	麦茶、ハイハイン、ミルク
午前	10 麦茶、ヨーグルト	11 麦茶、ヨーグルト	12 麦茶、ヨーグルト	13 麦茶、ヨーグルト	14 麦茶、ヨーグルト	15 麦茶、ヨーグルト
昼食	5倍粥 豚肉の煮物 豆腐みぞ汁 バナナ ミルク	5倍粥 たらのみぞ焼き えのきのすまし汁 みかん ミルク	5倍粥 豆腐の和風あんかけ かぼちゃと人参のスープ オレンジ ミルク	5倍粥 鮭のしょうゆ煮 さつま芋のすまし汁 りんご ミルク	5倍粥 たらのだし煮 かぶみぞ汁 バナナ ミルク	5倍粥 鶏肉のコンソメ煮 わかめスープ りんご ミルク
午後	麦茶、手づかみ食パン、ミルク	麦茶、じゃがいも、ミルク	麦茶、小魚せんべい、ミルク	麦茶、バナナクッキー、ミルク	麦茶、ハイハイン、ミルク	麦茶、ひじきせんべい、ミルク
午前	17 麦茶、ヨーグルト	18 麦茶、ヨーグルト	19 ヨーグルト、麦茶	20 麦茶、ヨーグルト	21 麦茶、ヨーグルト	22 麦茶、ヨーグルト
昼食	5倍粥 鮭のみぞ煮 さつま芋とわかめのみぞ汁 オレンジ ミルク	5倍粥 豚肉とじゃが芋のみぞ焼き ほうれん草と人参の煮浸し風 白菜と崩し豆腐のとろみスープ 梨 ミルク	ちゃんぽんうどん ほうれん草の和え物 バナナ ミルク	5倍粥 たらのあんかけ煮 さつま芋のすまし汁 オレンジ ミルク	5倍粥 鶏肉の煮物 じゃがいものスープ りんご ミルク	野菜うどん バナナ ミルク
午後	麦茶、野菜家族、ミルク	麦茶、どうぶつピスケット、ミルク	麦茶、わかめ御飯、ミルク	麦茶、小魚せんべい、ミルク	麦茶、スイートポテト、ミルク	麦茶、ミルクウエハース、ミルク
午前	24	25 麦茶、ヨーグルト	26 麦茶、ヨーグルト、麦茶	27 麦茶、ヨーグルト	28 麦茶、ヨーグルト	29 麦茶、ヨーグルト
昼食		5倍粥 豆腐の中華煮 なめこのみぞ汁 りんご ミルク	手づかみ食パン クリームシチュー バナナ ミルク	5倍粥 鮭の味噌焼き わかめと玉ねぎのみぞ汁 オレンジ ミルク	5倍粥 たらのしょうゆ焼き 豆腐のスープ バナナ ミルク	5倍粥 納豆そぼろあんかけ煮 切り干し大根のみぞ汁 りんご ミルク
午後		麦茶、コンソメじゃがいも、ミルク	麦茶、鮭おにぎり（軟飯）、ミルク	麦茶、ひじきせんべい、ミルク	麦茶、小魚せんべい、ミルク	麦茶、かぼちゃクッキー、ミルク

☆発注や園の行事などの関係で献立が変更になる場合がございますので、ご了承ください。

☆昼食後のミルクは、個人に合わせて提供しています。

## 【服部クッキング監修メニュー献立担当の方からのメッセージ】

銀杏の葉が黄色く、紅葉の葉は赤色に色づく美しい季節になりました。

この時期はお米やお芋が美味しいになります。皆さんもお芋掘りに行きましたか？

今回はさつまいもではなく、じゃが芋とお味噌の香ばしい匂いと甘塩っぱい味で、ご飯がいっぱい食べられ献立です。





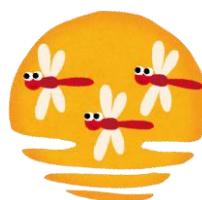
## 11月の離乳食(7-8ヶ月)



2025年

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前						1 麦茶、ヨーグルト 7倍粥 鶏肉の野菜煮込み 豆腐スープ オレンジ ミルク
昼食						麦茶、ひじきせんべい、ミルク
午後						麦茶、ひじきせんべい、ミルク
午前	3	4 麦茶、ヨーグルト	5 麦茶、ヨーグルト	6 麦茶、ヨーグルト	7 麦茶、ヨーグルト	8 麦茶、ヨーグルト
昼食		7倍粥 鶏ささ身のあんかけ煮 たまねぎのスープ バナナ ミルク	7倍粥 豆腐の和風あんかけ かぶのみそ汁 りんご ミルク	7倍粥 そぼろ煮 すまし汁 バナナ ミルク	野菜パスタ 豆腐のスープ オレンジ ミルク	7倍粥 鶏ささみの納豆煮 おくらスープ バナナ ミルク
午後		麦茶、やさいかぞく、ミルク	麦茶、小魚せんべい、ミルク	麦茶、ハイハイン、ミルク	麦茶、おかか粥、ミルク	麦茶、ハイハイン、ミルク
午前	10 麦茶、ヨーグルト	11 麦茶、ヨーグルト	12 麦茶、ヨーグルト	13 麦茶、ヨーグルト	14 麦茶、ヨーグルト	15 麦茶、ハイハイン
昼食	7倍粥 鶏ささみと大根の煮 豆腐のスープ バナナ ミルク	7倍粥 鮭の野菜煮 さつま芋のすまし汁 みかん ミルク	7倍粥 豆腐のとろみ煮 ほうれんのすまし汁 オレンジ ミルク	7倍粥 鮭のあんかけ煮 ほうれん草のすまし汁 りんご ミルク	7倍粥 ツナと野菜の煮物 かぶのすまし汁 バナナ ミルク	7倍粥 鶏肉のコンソメ煮 ねぎのすまし汁 りんご ミルク
午後	麦茶、ひじきせんべい、ミルク	麦茶、じゃがいも、ミルク	麦茶、小魚せんべい、ミルク	麦茶、野菜家族、ミルク	麦茶、ハイハイン、ミルク	麦茶、ひじきせんべい、ミルク
午前	17 麦茶、ヨーグルト	18 麦茶、ヨーグルト	19 麦茶、ヨーグルト	20 麦茶、ヨーグルト	21 麦茶、ヨーグルト	22 麦茶、ヨーグルト
昼食	7倍粥 鮭の野菜煮 さつま芋のすまし汁 オレンジ ミルク	7倍粥 野菜の煮浸し 白菜と崩し豆腐のとろみスープ 梨 ミルク	野菜うどん ほうれん草の和え バナナ ミルク	7倍粥 里芋とツナの豆乳煮 野菜のすまし汁 オレンジ ミルク	7倍粥 鶏ささみとさつま芋の煮物 じゃがいものスープ りんご ミルク	温そうめん ツナじゃがのつぶし煮 バナナ ミルク
午後	麦茶、やさいかぞく、ミルク	麦茶、ひじきせんべい、ミルク	麦茶、全粥（鮭）、ミルク	麦茶、小魚せんべい、ミルク	麦茶、ハイハイン、ミルク	麦茶、野菜家族、ミルク
午前	24	25 麦茶、ヨーグルト	26 麦茶、ヨーグルト	27 麦茶、ヨーグルト	28 麦茶、ヨーグルト	29 麦茶、ヨーグルト
昼食		7倍粥 豆腐と野菜の煮物 玉ねぎのすまし汁 りんご ミルク	パン粥 クリームシチュー キャベツの煮浸し バナナ ミルク	7倍粥 さけの出汁煮 玉ねぎのすまし汁 オレンジ ミルク	7倍粥 ツナじゃがのつぶし煮 豆腐のすまし汁 バナナ ミルク	7倍粥 納豆のあんかけ煮 にんじんのすまし汁 りんご ミルク
午後		麦茶、ひじきせんべい、ミルク	麦茶、全粥（きな粉）、ミルク	麦茶、蒸し芋、ミルク	麦茶、小魚せんべい、ミルク	麦茶、ハイハイン、ミルク

☆発注や園の行事などの関係で献立が変更になる場合がございますので、ご了承ください。  
☆昼食後のミルクは、個人に合わせて提供しています。





## 11月の幼児食(小麦・卵アレルギー)



2025年

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前						
昼食	<b>季節の野菜や果物を食べてみよう☆ たけのこや梨などがありますよ！</b>					
午後						麦茶、ハッピーターン
午前	3		4 麦茶、ヨーグルト	5 牛乳	6 乳酸菌飲料	7 牛乳
昼食		ご飯 焼肉 はるさめサラダ 切り干し大根のみぞ汁 バナナ	ご飯 肉豆腐 小松菜のごまマヨ和え さつまいもとしめじのみぞ汁 りんご	たけのこ御飯 田舎煮 もやしの納豆和え 凍り豆腐のみぞ汁 柿	なすミートスパゲティー ポテトサラダ おくらスープ オレンジ	鶏肉の照り焼き丼 枝豆の白和え バナナ
午後		牛乳、星食べよ	牛乳、じゃこマヨトースト	牛乳、ハッピーターン	牛乳、昆布とツナのおにぎり	麦茶、ソフトサラダ
午前	10 牛乳	11 麦茶、星食べよ	12 牛乳	13 野菜ジュース	14 牛乳	15 麦茶、ソフトサラダ
昼食	ご飯 豚肉の柳川風煮物 大豆とひじきのサラダ 豆腐のみぞ汁 バナナ	ご飯 たらのコーンマヨネーズ焼き さつま芋と昆布の煮物 わかめのすまし汁 みかん	ご飯 豆腐の肉あんかけ かぼちゃサラダ ニラのスープ パイン缶	ご飯 ぶりのみぞ照り焼き さつま芋素揚げ えのきのすまし汁 りんご	ご飯 さわらの香味焼き 厚揚げとじゃが芋のそぼろ煮 かぶのみぞ汁 バナナ	チキンライス さつま芋の甘煮 わかめスープ グレープフルーツ
午後	牛乳、ジャムサンド（いちご）	牛乳、じゃが芋のチーズ焼き	牛乳、ハッピーターン	牛乳、米粉ホットケーキ	牛乳、星たべよ	麦茶、ヨーグルト
午前	17 牛乳	18 麦茶、ぱりんこ	19 牛乳	20 りんごジュース	21 牛乳	22 麦茶、ヨーグルト
昼食	ご飯 さばのおろし煮 おくらの梅和え さつま芋のみぞ汁 オレンジ	食育ごはん 豚肉の甘み炒め ブロッコリーのおかか和え じゃが芋フライ 白菜と崩し豆腐のとろみスープ 梨	ちゃんぽんラーメン ツナ餃子（ライスペーパー） バナナ	ご飯 たらのレモン風味焼き 切干し大根の旨煮 具だくさんすまし汁 オレンジ	ご飯 鶏肉の粉チーズ焼き はるさめサラダ じゃかいものスープ りんご	カレーうどん キャベツとツナのサラダ バナナ
午後	牛乳、ハッピーターン	牛乳、星たべよ	牛乳、おにぎり（とりそぼろ）	牛乳、ソフトサラダ	牛乳、スイートポテト	麦茶、星食べよ
午前	24	25 麦茶、ぱりんこ	26 牛乳	27 オレンジジュース	28 牛乳	29 麦茶、ハッピーターン
昼食		ご飯 豆腐の中華煮 きゅうりとささみのごまサラダ なめこのみぞ汁 りんご	米粉パン クリームシチュー パスタサラダ バナナ	とうもろこし御飯 鮭の梅味噌焼き かぼちゃの甘煮 玉ねぎのみぞ汁 みかん缶	ご飯 たらのごま風味焼き さつまいもサラダ 豆腐すまし汁 グレープフルーツ	ご飯 スタミナ納豆 ほうれん草とツナのあえ物 わかめのみぞ汁 りんご
午後		牛乳、フライドポテト	牛乳、おにぎり（さけ）	牛乳、米粉蒸しパン	麦茶、フルーツヨーグルト	麦茶、ヨーグルト

☆発注や園の行事などの関係で献立が変更になる場合がございますので、  
ご了承ください。



	I群/kg - kcal	タツパ/g	脂質/g	食塩/g
3才以上児	522	20.2	15.2	1.6
目標量	562	22.5	15.6	1.6
3才未満児	434	17	12.7	1.4
目標量	455	18.2	12.6	1.3

## 【服部クッキング監修メニュー献立担当の方からのメッセージ】

銀杏の葉が黄色く、紅葉の葉は赤色に色づく美しい季節になりました。

この時期はお米やお芋が美味しいになります。皆さんもお芋掘りに行きましたか？

今回はさつまいもではなく、じゃが芋を使ったカリカリのフライとお味噌の香ばしい匂いと甘塩っぱい味で、ご飯がいっぱい食べられる豚肉の味噌炒めの献立です。



## 11月の幼児食(卵アレルギー)



2025年

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	
午前 昼食		<b>季節の野菜や果物を食べてみよう☆ たけのこや梨などがありますよ！</b>					
午前	3	4 麦茶、ヨーグルト	5 牛乳	6 乳酸菌飲料	7 牛乳	8 麦茶、ぼたぼた焼	
昼食			ご飯 焼肉 はるさめサラダ 切り干し大根のみぞ汁 バナナ	ご飯 肉豆腐 小松菜のごまマヨ和え さつまいもとしめじのみぞ汁 りんご	たけのこ御飯 田舎煮 もやしの納豆和え 凍り豆腐のみぞ汁 柿	なすミートスパゲティー ポテトサラダ おくらスープ オレンジ	
午後			牛乳、ココナッツサブレ	牛乳、じゃこマヨトースト	牛乳、ぼたぼた焼き	鶏肉の照り焼き丼 枝豆の白和え バナナ	
午前	10 牛乳	11 麦茶、鉄入りウエハース	12 牛乳	13 野菜ジュース	14 牛乳	15 麦茶、うす焼きせんべい	
昼食	ご飯 豚肉の柳川風煮物 大豆とひじきのサラダ 豆腐のみぞ汁 バナナ	ご飯 たらのコーンマヨネーズ焼き さつま芋と昆布の煮物 わかめのすまし汁 みかん	ご飯 豆腐の肉あんかけ かぼちゃサラダ ニラのスープ パイン缶	ご飯 ぶりのみぞ焼き さつま芋素揚げ えのきのすまし汁 りんご	ご飯 さわらの香味焼き 厚揚げとじゃが芋のそぼろ煮 かぶのみぞ汁 ハナナ	チキンライス さつま芋の甘煮 わかめスープ グレープフルーツ	
午後	牛乳、ジャムサンド（いちご）	牛乳、じゃが芋のチーズ焼き	牛乳、ぼたぼた焼き	牛乳、バナナホットケーキ	牛乳、星たべよ	麦茶、ココナッツサブレ	
午前	17 牛乳	18 麦茶、ぱりんこ	19 牛乳	20 りんごジュース	21 牛乳	22 麦茶、カルシウムせんべい	
昼食	ご飯 さばのおろし煮 おくらの梅和え さつま芋のみぞ汁 オレンジ	食育ごはん 豚肉のせみそ炒め プロッコリーのおかか和え じゃが芋フライ 白菜と崩し豆腐のとろみスープ 梨	ちゃんぽんラーメン ツナ餃子 バナナ	ご飯 たらのレモン風味焼き 切干し大根の旨煮 具だくさんすまし汁 オレンジ	ご飯 鶏肉のパン粉焼き はるさめサラダ じゃかいものスープ りんご	カレーうどん キャベツとツナのサラダ バナナ	
午後	牛乳、ビスコ	牛乳、星たべよ	牛乳、おにぎり（とりそぼろ）	牛乳、たべっこどうぶつ	牛乳、スイートポテト	麦茶、ギンビスアスパラガス	
午前	24	25 麦茶、たべっこどうぶつ	26 牛乳	27 オレンジジュース	28 牛乳	29 麦茶、ビスコ	
昼食			ご飯 豆腐の中華煮 きゅうりとささみのごまサラダ なめこのみぞ汁 りんご	食パン クリームシチュー パスタサラダ バナナ	とうもろこし御飯 鮭の梅味噌焼き かぼちゃの甘煮玉ねぎのみぞ汁 みかん缶	ご飯 たらのごま風味焼き さつまいもサラダ 豆腐すまし汁 グレープフルーツ	
午後			牛乳、フライドポテト	牛乳、おにぎり（さけ）	牛乳、米粉蒸しパン	麦茶、フルーツヨーグルト	
<p>☆発注や園の行事などの関係で献立が変更になる場合がございますので、ご了承ください。</p>							

## 【服部クッキング監修メニュー献立担当の方からのメッセージ】

銀杏の葉が黄色く、紅葉の葉は赤色に色づく美しい季節になりました。

この時期はお米やお芋が美味しいになります。皆さんもお芋掘りに行きましたか？

今回はさつまいもではなく、じゃが芋を使ったカリカリのフライとお味噌の香ばしい匂いと甘塩っぱい味で、ご飯がいっぱい食べられる豚肉の味噌炒めの献立です。



	I群ギ - kcal	タバ"ク g	脂質 g	食塩 g
3才以上児	522	20.2	15.2	1.6
目標量	562	22.5	15.6	1.6
3才未満児	434	17	12.7	1.4
目標量	455	18.2	12.6	1.3