


	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前	<div><div>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！</div></div>					1 麦茶、ぱりんこ
昼食						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 切り干し大根のみそ汁 バナナ	ご飯 肉豆腐 小松菜のごまマヨ和え さつま芋としめじのみそ汁 りんご	たけのこ御飯 田舎煮 もやしの納豆和え 凍り豆腐のみそ汁 柿	なすミートスパゲティ 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	麦茶、カルシウムせんべい
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 豆腐のみそ汁 バナナ	ご飯 たらこ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 パイナップル	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 かぶのみそ汁 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 さつま芋のみそ汁 オレンジ	食育ごはん 豚肉の甘みそ炒め 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しみスープ 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 たらこのレモン風味焼き 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 じゃがいものスープ 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 なめこのみそ汁 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 玉ねぎのみそ汁 みかん缶	ご飯 たらのごま風味焼き さつま芋サラダ 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 わかめのみそ汁 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。



	1人分 - kcal	たんぱく 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くなります。皆さんもお芋掘りに行きましたか？

今回はさつま芋ではなく、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	<div><div><div>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！</div></div><div></div></div>					1 麦茶、小魚せんべい
昼食						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、ひじきせんべい
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 切り干し大根のみそ汁 バナナ	ご飯 肉豆腐 小松菜のごまヨ和え さつまいもとしめじのみそ汁 りんご	たけのこ御飯 田舎煮 もやしの納豆和え 凍り豆腐のみそ汁 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、ミルクウエハース	牛乳、ツナのおにぎり	麦茶、ハイハイ
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 豆腐のみそ汁 バナナ	ご飯 たらこ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 かぶのみそ汁 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、小魚せんべい	牛乳、バナナホットケーキ	牛乳、ハイハイ	麦茶、ひじきせんべい
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
昼食	ご飯 さばのおろし煮 おくらと梅和え さつま芋のみそ汁 オレンジ	食育ごはん 豚肉の甘みそ炒め フロッキーのおかか和え じゃが芋フライ 白菜と崩し豆腐のとしみスープ 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 たらこのレモン風味焼き 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 じゃがいものスープ 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、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	麦茶、ミルクウエハース
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 なめこのみそ汁 りんご	食パン クリームシチュー パスタサラダ バナナ	どうもろこし御飯 鮭の梅味噌焼き かぼちゃの甘煮 玉ねぎのみそ汁 みかん缶	ご飯 たらこのごま風味焼き 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 わかめのみそ汁 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、バナナヨーグルト	麦茶、かぼちゃクッキー

☆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くなります。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。



	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 豆腐と豚肉のみそ煮 豆腐スープ オレンジ ミルク
午後						麦茶、じゃが芋のココロ焼き、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	7 麦茶、ヨーグルト	8 麦茶、ヨーグルト
昼食	文化の日 	5倍粥 豚肉のしょうゆ煮 玉ねぎのみそ汁 バナナ ミルク	5倍粥 肉豆腐 かぶのみそ汁 りんご ミルク	5倍粥 鶏肉のしょうゆ煮 納豆と大根のみそ汁 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 わかめのみそ汁 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、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 豆腐みそ汁 バナナ ミルク	5倍粥 たらのみそ焼き 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 かぶみそ汁 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、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 鮭のみそ煮 さつま芋とわかめのみそ汁 オレンジ ミルク	5倍粥 豚肉とじゃが芋のみそ焼き ほうれん草と人参の煮浸し風 白菜と崩し豆腐のしょうゆスープ 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 たらのだし煮 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、どうぶつビスケット、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	振替休日 	5倍粥 豆腐の中華煮 なめこのみそ汁 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そ汁 オレンジ ミルク	5倍粥 たらのだし煮 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 切り干し大根のみそ汁 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くなります。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、

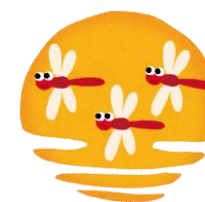
ご飯がいっぱい食べられ献立です。





	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						7倍粥 鶏肉の野菜煮込み 豆腐スープ オレンジ 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	文化の日 	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 そばろ煮 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、やさいかそく、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 豆腐のとうもろ煮 ほうれん草のすまし汁 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うもろスープ 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、やさいかそく、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	振替休日 	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。



	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前	<div><div>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！</div></div>					1 麦茶、ソフトサラダ
昼食						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、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	8 麦茶、ヨーグルト
昼食		ご飯 焼肉 はるさめサラダ 切り干し大根のみそ汁 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そ汁 りんご	たけのこ御飯 田舎煮 もやしの納豆和え 凍り豆腐のみそ汁 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 豆腐のみそ汁 バナナ	ご飯 たらこ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 かぶのみそ汁 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 さつま芋のみそ汁 オレンジ	食育ごはん 豚肉の甘みそ炒め 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 たらこのレモン風味焼き 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 じゃがいものスープ 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 なめこのみそ汁 りんご	米粉パン クリームシチュー パスタサラダ バナナ	どうもろこし御飯 鮭の梅味噌焼き かぼちゃの甘煮 玉ねぎのみそ汁 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 わかめのみそ汁 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。



	1才以上児 kcal	たんぱく 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くなります。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。



	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前	<div>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！</div>					1 麦茶、ぱりんこ
昼食						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	文化の日	ご飯 焼肉 はるさめサラダ 切り干し大根のみそ汁 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そ汁 りんご	たけのこ御飯 田舎煮 もやしの納豆和え 凍り豆腐のみそ汁 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	麦茶、カルシウムせんべい
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 豆腐のみそ汁 バナナ	ご飯 たらこ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 かぶのみそ汁 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 さつま芋のみそ汁 オレンジ	食育ごはん 豚肉の甘みそ炒め 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 バナナ	ご飯 たらこのレモン風味焼き 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 じゃがいものスープ 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	振替休日	ご飯 豆腐の中華煮 きゅうりとささみのごまサラダ なめこのみそ汁 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そ汁 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 わかめのみそ汁 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】



	1人1日 - 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

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くなります。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。