



給食献立表



高畑保育園
令和7年11月1日

		昼食	間食（午後）	肉や血をつくる	熱や体温となる	体の調子をよくする
1	土	パン ジュース	牛乳 せんべい	牛乳	パン	りんごジュース
4	火	そぼろ丼 南瓜の味噌汁 フルーツ	牛乳 コーンフレーク	ミンチ／卵／寿司揚げ／牛乳	砂糖／米	たまねぎ／にんじん／かぼちゃ／こねぎ／フルーツ
5	水	エビフリッター こら玉 春雨スープ	ヨーグルト バナナ	エビフリッター／卵／スキムミルク	米／油／はるさめ	にら／たまねぎ／にんじん／もやし／わかめ／バナナ
6	木	魚の甘辛煮 いなり和え 麩のすまし汁	牛乳 スイートポテト	魚／油揚げ／牛乳／卵／生クリーム	米／片栗粉／油／ごま／砂糖／ふ／さつまいも／バター	ほうれんそう／キャベツ／もやし／にんじん／たまねぎ／こねぎ
7	金	ミートスパゲッティー 野菜スープ フルーツ	牛乳 チョコクロワッサン	ミンチ／えび／粉チーズ／牛乳	米／スパゲッティー／チョコクロワッサン	にんじん／たまねぎ／しいたけ／キャベツ／フルーツ
8	土	カレー肉じゃが チーズ	牛乳 クッキー	豚肉／厚揚げ／チーズ／牛乳	米／じゃがいも／砂糖	たまねぎ／にんじん／こねぎ
10	月	ポテトのチーズ焼き 海苔和え オニオンスープ	牛乳 フルーツロール	牛乳／ウインナー／生クリーム／ピザ用チーズ	米／じゃがいも／ロールパン／砂糖	ほうれんそう／キャベツ／にんじん／もやし／海苔つくた煮／きざみ海苔／たまねぎ／パイン缶／みかん缶
11	火	魚のクリーム煮 酢の物 すまし汁	牛乳 ココアクッキー	魚／生クリーム／牛乳／豆腐／卵	米／はるさめ／砂糖／薄力粉／バター	たまねぎ／にんにく／しめじ／きゅうり／わかめ／みかん缶／こねぎ
12	水	けんちんうどん 昆布煮 フルーツ	牛乳 わらび餅	豚肉／油揚げ／牛乳／スキムミルク／きな粉	米／うどん／わらび餅粉／砂糖	にんじん／ごぼう／キャベツ／こねぎ／こんぶ／フルーツ
13	木	シュウマイ 切干大根の煮物 たまごスープ	牛乳 厚切りバウム	ミンチ／卵／油揚げ／天ぷら／牛乳	米／油／片栗粉／砂糖	たまねぎ／切干しいたけ／にんじん／しいたけ／さやいんげん／こねぎ
14	金	カレー フルーツ	ヨーグルト クッキー	豚肉／スキムミルク	じゃがいも／米／砂糖	にんじん／たまねぎ／フルーツ
15	土	麻婆豆腐 コンソメスープ	牛乳 ビスケット	ミンチ／豆腐／牛乳	米／片栗粉	たまねぎ／にんじん／にら／しいたけ／キャベツ
17	月	鶏肉の照り焼き 人参しりしり ポタージュスープ	牛乳 鮭のおにぎり	鶏肉／卵／ツナ缶／生クリーム／牛乳／鮭フレーク	米／砂糖／じゃがいも	にんじん／たまねぎ／かぼちゃ／コーンクリーム缶
18	火	コロッケ ひじきの炒り煮 すまし汁	牛乳 きな粉トースト	水煮大豆／油揚げ／天ぷら／豆腐／牛乳／卵／きな粉	米／コロッケ／油／しらたき／砂糖／食パン／バター	コーン缶／パセリ／ほしひじき／にんじん／れんこん／たまねぎ／こねぎ
19	水	干草焼き ごぼうと大豆の甘辛炒め 白菜スープ	牛乳 さつまいもマフィン	ミンチ／卵／水煮大豆／しらす干し／かにかま／牛乳	米／砂糖／ごま／ごま油／ホットケーキミックス／さつまいも／バター／黒ゴマ	たまねぎ／にんじん／にら／しいたけ／ごぼう／はくさい
20	木	〈誕生会〉 チキンライス・エビフライ・ナゲット・ブロッコリー・フルーツ ヤクルト・プリン	牛乳 お誕生日ケーキ	ミンチ／エビフライ／ナゲット／ヤクルト／牛乳／ホイップクリーム	米／油	たまねぎ／にんじん／ブロッコリー／フルーツ／パイン缶
21	金	わかめじゃこご飯 野菜ラーメン ゆで卵	牛乳 ドーナッツ	しらす干し／豚肉／豆腐／卵／牛乳	米／中華麺／ごま油／ドーナッツ	にんじん／もやし／キャベツ／たまねぎ／あおのり／こねぎ
22	土	パン ジュース	牛乳 せんべい	牛乳	パン	りんごジュース
25	火	豆腐のつくね焼き おかか和え ポテトスープ	牛乳 マシュマロサンド	ミンチ／豆腐／卵／しらす干し／牛乳	米／砂糖／片栗粉／じゃがいも	ほしひじき／たまねぎ／にんじん／こまつな／キャベツ／もやし
26	水	ゆかりご飯 魚の塩焼き 味噌おでん	牛乳 ツナマヨパン	魚／鶏肉／天ぷら／油揚げ／牛乳／卵／ツナ缶	米／さといも／砂糖／ホットケーキミックス	だいこん／にんじん／さやいんげん
27	木	海苔の Pasta 野菜スープ フルーツ	ミルク プチケーキ	生クリーム／スキムミルク	米／スパゲッティー	こねぎ／きざみ海苔／海苔つくた煮／しめじ／たまねぎ／にんじん／キャベツ／フルーツ
28	金	ハヤシシチュー フルーツポンチ	牛乳 麩のラスク	牛肉／牛乳	米／ふ／バター／砂糖	しめじ／たまねぎ／にんじん／パイン缶／みかん缶／もも缶／バナナ
29	土	じゃがいものトマト煮 わかめスープ	牛乳 クッキー	豚肉／水煮大豆／牛乳	米／じゃがいも／ごま油	たまねぎ／にんじん／わかめ