

給食献立表



高畑保育園
令和８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
2	月	鶏肉のさっぱり煮 海藻サラダ ポテトスープ	牛乳 ホットケーキ	鶏肉／牛乳／卵	米／砂糖／片栗粉／じゃがいも／ホットケーキミックス／バター	しょうが／にんにく／わかめ／きゅうり／にんじん／キャベツ ／コーン缶／たまねぎ
4	水	そぼろ丼 南瓜の味噌汁 梨	ミルク スティックパン	合いミンチ／水煮大豆／卵／厚揚げ／スキムミルク	砂糖／米／スティックパン	たまねぎ／にんじん／かぼちゃ／こねぎ／なし
5	木	ゆかりご飯 ナゲット コーンサラダ・みかん	牛乳 さつまいもマフィン	牛乳／卵	米／ホットケーキミックス／さつまいも／バター／砂糖	にんじん／キャベツ／きゅうり／コーン缶／みかん
6	金	卵あんかけうどん おかか和え	牛乳 マシュマロサンド	鶏肉／卵／かつお節／牛乳	うどん麺／砂糖	にんじん／たまねぎ／こねぎ／生しいたけ／キャベツ／もやし／ほうれんそう／いちごジャム
7	土	白菜の中華あんかけ あおさとえのきのスープ	牛乳 クッキー	豚肉 ／牛乳	米／砂糖／片栗粉	だいこん／にんじん ／はくさい／乾しいたけ／しょうが／あおさ／えのきたけ
9	月	豚肉のピカタ ひじきの炒り煮 春雨スープ	牛乳 アップルポテト	豚肉／卵／粉チーズ／水煮大豆／油揚げ ／天ぷら／牛乳	米／薄力粉／しらたき／砂糖／はるさめ／さつまいも／バター	ひじき／にんじん／れんこん／たまねぎ／わかめ／りんご
10	火	海苔のパスタ 白菜スープ	牛乳 ツナマヨパン	生クリーム／豆乳／かにかま／牛乳／卵／ツナ缶	スパゲッティ麺／ホットケーキミックス	こねぎ／刻みのり／海苔佃煮／しめじ／はくさい／たまねぎ／にんじん
11	水	魚の味噌煮 きんぴらごぼう きのこ汁	牛乳 きな粉バナナ	魚／天ぷら／牛乳／きな粉	米／砂糖／しらたき／ごま／砂糖	しょうが／にんじん／ごぼう／れんこん／さやいんげん／えのきたけ／たまねぎ／こねぎ／バナナ
12	木	〈誕生日会〉 ハンバーガー・フライドポテト ブロッコリー・トマト・オレンジ 野菜スープ・ヤクルト	牛乳 誕生日ケーキ	合いミンチ／卵／豆腐／牛乳／ヤクルト／生クリーム	パン粉／砂糖／ロールパン／フライドポテト／油	キャベツ／たまねぎ／にんじん／ブロッコリー／トマト／オレンジ
13	金	きのこのハヤシライス フルーツポンチ	牛乳 ドーナッツ	牛肉／牛乳	米／砂糖／ドーナッツ	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
14	土	麻婆豆腐 中華スープ	牛乳 ビスケット	合いミンチ／豆腐／牛乳	米／片栗粉	たまねぎ／にんじん／にら／乾しいたけ／はくさい
16	月	竹輪の磯辺揚げ いなり和え オニオンスープ	牛乳 ピザトースト	焼き竹輪／油揚げ／牛乳／ウインナー／ピザ用チーズ	米／天ぷら粉／油／砂糖／食パン	あおのり／ほうれんそう／キャベツ／にんじん／たまねぎ／ピーマン
17	火	ミートボール さつま芋のサラダ かきたま汁	牛乳 コーンフレーク	合いミンチ／卵／豆腐／ツナ缶／牛乳	米／パン粉／砂糖／さつまいも	たまねぎ／にんじん／きゅうり／コーン缶／にんじん／こねぎ
18	水	魚のクリーム煮 ニラ玉 わかめスープ	フルーツヨーグルト	魚／生クリーム／豆乳／牛乳／卵／スキムミルク	米／ごま油／砂糖	たまねぎ／にんにく／しめじ／にら／にんじん ／もやし／わかめ／バナナ／もも缶
19	木	チキンカレー バナナ	牛乳 ココアクッキー	鶏肉／牛乳／卵	じゃがいも／米／薄力粉／バター／砂糖	にんじん／たまねぎ／バナナ
20	金	野菜ラーメン ゆで卵	牛乳 麸のラスク	豚肉／豆乳／卵／牛乳	中華麺／ごま油／ふ／バター／砂糖	にんじん／もやし／キャベツ／たまねぎ／あおのり／こねぎ
21	土	じゃが芋のトマト煮 チーズ	牛乳 せんべい	豚肉／水煮大豆 ／チーズ／牛乳	米／じゃがいも	たまねぎ／にんじん
24	火	大豆のふわふわ団子 人参しりしり むらくも汁	牛乳 ハートパイ	水煮大豆／豚ミンチ／はんぺん／卵／ツナ缶／豆腐／牛乳	米／片栗粉／砂糖	にんじん／ほうれんそう／たまねぎ
25	水	魚のフライ ひじきとほうれんそうの和え物 イタリアンスープ	ミルク りんご	魚／卵／スキムミルク	米／薄力粉／パン粉／油／ごま／砂糖	ほうれんそう／ひじき／もやし／にんじん／たまねぎ／キャベツ／りんご
26	木	ミートスパゲッティー ブロッコリー 南瓜のポタージュスープ	牛乳 プチケーキ	合いミンチ／生クリーム／牛乳	スパゲッティ麺／プチケーキ	にんじん／たまねぎ／乾しいたけ／ブロッコリー／かぼちゃ／コーン缶
27	金	親子丼 大根の味噌汁 柿	牛乳 ウインナーパン	鶏肉 ／かまぼこ／卵／油揚げ／牛乳／ウインナー	米／片栗粉／砂糖／ホットケーキミックス	乾しいたけ／にんじん／たまねぎ／こねぎ／だいこん／かき
28	土	生姜焼き風 豆腐のスープ	牛乳 クッキー	豚肉／豆腐／牛乳	米	にんじん／もやし／たまねぎ／ピーマン ／キャベツ／しょうが
30	月	魚の塩焼き ごぼうと大豆の甘辛炒め 麸のすまし汁	牛乳 麦まんじゅう	魚／水煮大豆／豚肉／牛乳／豆腐／こしあん	米／砂糖／ごま／ふ／上新粉／白玉粉／砂糖	にんじん／ごぼう／たまねぎ／こねぎ