

10じ	献立名	あか 血や肉や骨になるもの	きいろ 熱や力になるもの	みどり 体の調子を整えるもの	3じのおやつ	エネルギー (kcal)	タンパク質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	6じのおやつ
1 /金	ご飯 味噌汁(板麩・小松菜) 豚肉の紅茶煮 ポイル野菜 切り干し大根カレー りんご	ぶたにく ぎゅうにゅう みそ	こめ いたふ	にんじん こまつな もやし 切干しだいこん いんげん 乾しいたけ りんご いちごジャム	牛乳 クラッカーサンド	517	20.5	17.7	1.6	ゆかり おにぎり
2 /土	みそ煮込みうどん 牛乳 パナナ	ぶたにく みそ ぎゅうにゅう	うどん	だいこん にんじん しいたけ ごぼう はくさい パナナ	牛乳 かーさんケット	426	18.4	14.5	2.4	バナナ
4 /月	<b>振替休日</b>									
5 /火	ご飯 味噌汁(人参・もやし) 高野豆腐のはさみ煮 小松菜の三色和え りんご	こうやとうふ ぶたにく たまご ぎゅうにゅう 生クリーム みそ	こめ かたくりこ ごま ごま油 さつまいも バター	しめじもやし にんじん わかめ コーン 乾しいたけ いんげん こまつな キャベツ りんご	牛乳 スイートポテト	495	18.0	16.4	1.0	バナナ
6 /水	感謝丸カレー かき玉汁 大根サラダ りんご <span style="border: 1px solid orange; padding: 2px;">誕生会</span>	ぶたにく たまご ぎゅうにゅう	こめ じゃがいも オリーブ油	たまねぎ にんじん わかめ だいこん きゅうり りんご	牛乳 りんごパイ	503	17.2	18.6	1.8	ぱりんこ
7 /木	ご飯 味噌汁(人参・切干大根) 炒り鶏 梅肉和え ジャガイモ金平 りんご	あぶらあげ とりにく ぎゅうにゅう みそ	こめ こんにやく ごま油 じゃがいも しらたき 食パン	はくさい にんじん れんこん 乾しいたけ いんげん こまつな ほうれんそう いら うめほし りんご いちごジャム	牛乳 ジャムサンド	526	19.3	14.2	2.1	ジャム サンド
8 /金	中華丼 味噌汁(大根・にんじん) 五色甘酢あえ りんご	ぶたにく うずらたまご ハム ぎゅうにゅう チーズ みそ	こめ かたくりこ	はくさい にんじん ピーマン たけのこ にんにく ねぎ 切干しだいこん かぶ きゅうり ひじき りんご	牛乳 ココナッツサブ チーズ	575	20.6	21.7	1.7	ごま おにぎり
9 /土	あったかうどん 牛乳 パナナ	あぶらあげ ぶたにく ぎゅうにゅう	うどん	こまつな にんじん しいたけ バナナ	牛乳 ぼたぼた焼き	469	17.1	15.9	2.6	ぼたぼた 焼き
11 /月	ご飯 秋の味噌汁(里芋・きのこ) 鮭のもみじ焼き 白菜の磯辺和え りんご	とうふ ぶたにく さけ ぎゅうにゅう みそ	こめ さとめ じゃがいも かたくりこ	えのき しめじごぼう にんじん ねぎ たまねぎ パセリ はくさい ほうれんそうのり りんご	牛乳 ポテトもち	511	25.3	15.5	1.9	バナナ
12 /火	ご飯 味噌汁(わかめ・板ふ) れんこん肉団子 キャベツのおひたし もやし炒め りんご	とりにく たまご ぎゅうにゅう きなこ みそ	こめ いたふ こむぎこ パン粉 ごま油 かたくりこ	わかめ にんじん れんこん ひじき キャベツ うめほし もやし たまねぎ ピーマン りんご	牛乳 ミルク餅	523	20.8	16.5	1.8	わかめ おにぎり
13 /水	ご飯 味噌汁(豆腐・大根) 半月卵の甘酢焼き いんげん胡麻和え すき昆布煮 りんご	とうふ たまご ちくわ ぎゅうにゅう ほしえび みそ	こめ しらたき こむぎこ	だいこん にんじん いんげん こんぶ りんご のり	牛乳 うす焼き	506	22.0	16.3	2.1	うすやき
14 /木	ご飯 味噌汁(大根・人参) 肉のりんごソース煮 白菜のおひたし 切干大根煮 りんご	ぶたにく あぶらあげ ぎゅうにゅう みそ	こめ	にんじん しいたけ だいこん たまねぎ りんごしょうが はくさい 切干しだいこん ひじき グリンピース みかん缶	牛乳 ミルクプリン 味しらべ	460	18.5	8.6	1.5	ぱりんこ
15 /金	わかめご飯 味噌汁(えのき・人参) おからナゲット キャベツサラダ ひじき煮 りんご	おから とりにく たまご ぎゅうにゅう だいず さつまあげ みそ	こめ パン粉 かたくりこ しらたき 食パン	わかめ えのき にんじん ねぎ たまねぎ キャベツ きゅうり ひじき いんげん りんご	牛乳 シュガートースト	587	22.9	19.2	2.5	ゆかり おにぎり
16 /土	五目うどん 牛乳 パナナ	とりにく あぶらあげ たまご ぎゅうにゅう	うどん	にんじん ねぎ いんげん パナナ	牛乳 ぱりんこ	444	18.4	14.2	2.2	バナナ
18 /月	ご飯 味噌汁(人参・しめじ) 豆腐チャンプルー わかめの酢の物 ひじきふりかけ りんご	ぶたにく とうふ たまご ぎゅうにゅう みそ	こめ ごま さつまいも	にんじん はくさい しめじ ねぎ わかめ きゅうり かぶ ひじき りんご	牛乳 焼き芋	474	18.4	15.5	1.1	焼き芋
19 /火	ご飯 さつま汁 かじきのマリネ 昆布和え りんご	とりにく めかじき とうにゅう ゼラチン きなこ みそ	こめ さつまいも こんにやく かたくりこ	だいこん にんじん ねぎ レモン汁 塩昆布 はくさい きゅうり りんご	豆乳プリン ぱりんこ	540	22.2	14.0	1.7	ごま おにぎり
20 /水	ご飯 味噌汁(豆腐・えのき) ひじき卵焼き ホウレン草のなめたけ和え 切干大根煮 りんご	とうふ たまご あぶらあげ ぎゅうにゅう みそ	こめ	えのき にんじん ひじき いんげん ほうれんそう えのき 切干しだいこん グリンピース りんご	牛乳 甘納豆焼	439	18.8	14.2	1.8	バナナ
21 /木	ドライカレー 大根スープ 白菜サラダ りんご	ぶたにく ぎゅうにゅう	こめ オリーブ油 食パン	たまねぎ にんにく しょうが ピーマン しいたけ 黄ピーマン にんじん だいこん こまつな はくさいレモン汁 りんご	牛乳 マーマレード サンド	527	18.9	18.3	1.1	ジャム サンド
22 /金	ご飯 味噌汁(大根・人参) 肉じゃが煮 春雨の酢の物 りんご	ぶたにく ハム たまご ヨーグルト みそ	こめ じゃがいも はるさめ	にんじん しいたけ だいこん たまねぎ グリンピース きゅうり りんご	ヨーグルト たべっこどうぶつ	361	14.2	3.0	1.1	わかめ おにぎり
23 /土	<b>勤労感謝の日</b>									
25 /月	ご飯 味噌汁(板麩・じゃが芋) 鶏のさっぱり煮 茹で野菜付け合わせ さつま芋オレンジ煮 りんご	とりにく ぎゅうにゅう たまご みそ	こめ じゃがいも いたふ さつまいも	わかめ ねぎ しょうが にんにく もやし にんじん いんげん りんご オレンジジュース	牛乳 おかずパン	448	18.9	9.6	1.0	バナナ
26 /火	ご飯 味噌汁(キャベツ・もやし) 厚揚げの豚肉巻き 小松菜炒め わかめとちくわの和え物 りんご	なまげ ぶたにく ちくわ ぎゅうにゅう みそ	こめ じゃがいも	キャベツもやし にんじん いんげん こまつな しめじ たまねぎ わかめ しょうが りんご あおのり	牛乳 あおのりぼてと	452	18.6	13.7	1.9	ゆかり おにぎり
27 /水	ご飯 味噌汁(豆腐・ほうれん草) かに玉 プロッコリーの昆布茶和え 南瓜煮 りんご	とうふ たまご あずき ぎゅうにゅう みそ	こめ かたくりこ	ほうれんそう にんじん 乾しいたけ ねぎ グリンピース プロッコリー かぼちゃ りんご	牛乳 ココロドーナツ	485	19.6	13.8	1.7	ドーナツ
28 /木	ご飯 豚汁 焼き鯖 えのき入り和え物 りんご	ぶたにく あぶらあげ さば ぎゅうにゅう ほしえび たまご みそ	こめ しらたき ごま こむぎこ	ごぼう にんじん だいこん ねぎ キャベツ えのき チンゲンサイ もやし りんご あおのり	牛乳 お好み焼き	559	31.5	21.2	2.2	バナナ
29 /金	三色丼 味噌汁(豆腐) わかめ入りかき揚げ りんご	ぶたにく たまご でんぶ とうふ ぎゅうにゅう みそ	こめ さつまいも	ほうれんそう ねぎ えのき にんじん わかめ りんご ごぼう	牛乳 ごぼうチップス	483	21.3	16.7	2.0	ゆかり おにぎり
30 /土	カレーうどん 牛乳 パナナ	とりにく ぎゅうにゅう	うどん かたくりこ	にんじん はくさい ねぎ パナナ	牛乳 まがりせんべい	478	18.1	17.3	2.1	まがり せんべい

※食材の都合により献立が変更する場合があります。10じのおやつは1・2歳児のみになります。栄養価に6時のおやつは含みません。



毎日の給食は大新保育園ホームページに載せています。  
献立等の変更があった場合もそちらでお知らせいたしますので、ご覧ください。



10じ	献立名	あか 血や肉や骨になるもの	きいろ 熱や力になるもの	みどり 体の調子を整えるもの	3じのおやつ	エネルギー (kcal)	タンパク質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	6じのおやつ
1/金	牛乳 ご飯 味噌汁(板麩・小松菜) 豚肉の紅茶煮 ポイル野菜 切り干し大根カレー りんご	ぶたにく ぎゅうにゅう みそ	こめ いたふ	にんじん こまつな もやし 切干しだいこん いんげん 乾しいたけ りんご いちごジャム	牛乳 クラッカーサンド	330	13.7	12.6	1.0	ゆかり おにぎり
2/土	牛乳 みそ煮込みうどん 牛乳 バナナ	ぶたにく みそ ぎゅうにゅう	うどん	だいこん にんじん しいたけ ごぼう はくさい バナナ	牛乳 かーさんケット	293	13.9	12.2	1.3	バナナ
4/月	<b>振替休日</b>									
5/火	牛乳 ご飯 味噌汁(人参・もやし) 高野豆腐のはさみ煮 小松菜の三色和え りんご	こうやとうふ ぶたにく たまご ぎゅうにゅう 生クリーム みそ	こめ かたくりこ ごま ごま油 さつまいも バター	しめじ もやし にんじん わかめ コーン 乾しいたけ いんげん こまつな キャベツ りんご	牛乳 スイートポテト	361	14.2	14.8	0.6	バナナ
6/水	牛乳 感謝丸カレー かき玉汁 大根サラダ りんご <b>誕生日</b>	ぶたにく たまご ぎゅうにゅう	こめ じゃがいも オリーブ油	たまねぎ にんじん わかめ だいこん きゅうり りんご	牛乳 りんごパイ	312	11.8	13.0	1.0	ぱりんこ
7/木	牛乳 ご飯 味噌汁(人参・切干大根) 炒り鶏 梅肉和え ジャガイモ金平 りんご	あぶらあげ とりにく ぎゅうにゅう みそ	こめ こんにやく ごま油 じゃがいも しらたき 食パン	はくさい にんじん れんこん 乾しいたけ いんげん こまつな ほうれんそう いら うめぼし りんご いちごジャム	牛乳 ジャムサンド	433	15.7	12.8	1.3	ジャム サンド
8/金	牛乳 中華丼 味噌汁(大根・にんじん) 五色甘酢あえ りんご	ぶたにく うずらたまご ハム ぎゅうにゅう チーズ みそ	こめ かたくりこ	はくさい にんじん ピーマン たけのこ にんにく ねぎ 切干しだいこん かぶ きゅうり ひじき りんご	牛乳 ココナッツサブレ チーズ	350	13.6	14.7	0.9	ごま おにぎり
9/土	牛乳 あったかうどん 牛乳 バナナ	あぶらあげ ぶたにく ぎゅうにゅう	うどん	こまつな にんじん しいたけ バナナ	牛乳 ぼたぼた焼き	369	13.8	13.2	2.1	ぼたぼた 焼き
11/月	牛乳 ご飯 秋の味噌汁(里芋・きのこ) 鮭のもみじ焼き 白菜の磯辺和え りんご	とうふ ぶたにく さけ ぎゅうにゅう みそ	こめ さいも じゃがいも かたくりこ	えのき しめじ ごぼう にんじん ねぎ たまねぎ パセリ はくさい ほうれんそう のり りんご	牛乳 ポテトもち	323	16.2	11.7	1.0	バナナ
12/火	牛乳 ご飯 味噌汁(わかめ・板ふ) れんこん肉団子 キャベツのおひたし もやし炒め りんご	とりにく たまご ぎゅうにゅう きなこ みそ	こめ いたふ こむぎこ パン粉 ごま油 かたくりこ	わかめ にんじん れんこん ひじき キャベツ うめぼし もやし たまねぎ ピーマン りんご	牛乳 ミルク餅	345	14.6	12.7	1.2	わかめ おにぎり
13/水	牛乳 ご飯 味噌汁(豆腐・大根) 半月卵の甘酢焼き いんげん胡麻和え すき昆布煮 りんご	とうふ たまご ちくわ ぎゅうにゅう ほしえび みそ	こめ しらたき こむぎこ	だいこん にんじん いんげん こんぶ りんご のり	牛乳 うす焼き	343	15.4	12.3	1.4	うすやき
14/木	牛乳 ご飯 味噌汁(大根・人参) 肉のりんごソース煮 白菜のおひたし 切干大根煮 りんご	ぶたにく あぶらあげ ぎゅうにゅう みそ	こめ	にんじん しいたけ だいこん たまねぎ りんごしょうが はくさい 切干しだいこん ひじき グリンピース みかん缶	牛乳 ミルクプリン 味しらべ	317	12.9	8.6	0.9	ぱりんこ
15/金	牛乳 わかめご飯 味噌汁(えのき・人参) おからナゲット キャベツサラダ ひじき煮 りんご	おから とりにく たまご ぎゅうにゅう だいず さつまあげ みそ	こめ パン粉 かたくりこ しらたき 食パン	わかめ えのき にんじん ねぎ たまねぎ キャベツ きゅうり ひじき いんげん りんご	牛乳 シュガートースト	514	20.8	18.5	2.1	ゆかり おにぎり
16/土	牛乳 五目うどん 牛乳 バナナ	とりにく あぶらあげ たまご ぎゅうにゅう	うどん	にんじん ねぎ いんげん バナナ	牛乳 ぱりんこ	329	15.2	13.8	1.2	バナナ
18/月	牛乳 ご飯 味噌汁(人参・しめじ) 豆腐チャンプルー わかめの酢の物 ひじきふりかけ りんご	ぶたにく とうふ たまご ぎゅうにゅう みそ	こめ ごま さつまいも かぶ ひじき りんご	にんじん はくさい しめじ ねぎ わかめ きゅうり かぶ ひじき りんご	牛乳 焼き芋	305	12.9	11.4	0.7	焼き芋
19/火	牛乳 ご飯 さつま汁 かじきのマリネ 昆布和え りんご	とりにく めかじき とうにゅう ゼラチン きなこ みそ	こめ さつまいも こんにやく かたくりこ	だいこん にんじん ねぎ レモン汁 塩昆布 はくさい きゅうり りんご	牛乳 豆乳プリン ぱりんこ	392	18.9	13.9	1.2	ごま おにぎり
20/水	牛乳 ご飯 味噌汁(豆腐・えのき) ひじき卵焼き ホウレン草のなめたけ和え 切干大根煮 りんご	とうふ たまご あぶらあげ ぎゅうにゅう みそ	こめ	えのき にんじん ひじき いんげん ほうれんそう えのき 切干しだいこん グリンピース りんご	牛乳 甘納豆焼	321	15.2	13.5	0.9	バナナ
21/木	牛乳 ドライカレー 大根スープ 白菜サラダ りんご	ぶたにく ぎゅうにゅう	こめ オリーブ油 食パン	たまねぎ にんにく しょうが ピーマン しいたけ 黄ピーマン にんじん だいこん こまつな はくさいレモン汁 りんご	牛乳 マーマレード サンド	357	14.0	13.6	0.8	ジャム サンド
22/金	牛乳 ご飯 味噌汁(大根・人参) 肉じゃが煮 春雨の酢の物 りんご	ぶたにく ハム たまご ヨーグルト みそ	こめ じゃがいも はるさめ	にんじん しいたけ だいこん たまねぎ グリンピース きゅうり りんご	ヨーグルト たべっこどうぶつ	338	14.8	6.0	0.7	わかめ おにぎり
23/土	<b>勤労感謝の日</b>									
25/月	牛乳 ご飯 味噌汁(板麩・じゃが芋) 鶏のさっぱり煮 茹で野菜付け合わせ さつま芋オレンジ煮 りんご	とりにく ぎゅうにゅう たまご みそ	こめ じゃがいも いたふ さつまいも	わかめ ねぎしょうが にんにく もやし にんじん いんげん りんご オレンジジュース	牛乳 おかずパン	360	14.3	9.9	0.5	バナナ
26/火	牛乳 ご飯 味噌汁(キャベツ・もやし) 厚揚げの豚肉巻き 小松菜炒め わかめとちくわの和え物 りんご	なまげ ぶたにく ちくわ ぎゅうにゅう みそ	こめ じゃがいも	キャベツ もやし にんじん いんげん こまつな しめじ たまねぎ わかめしょうが りんご あおのり	牛乳 あおのりぼてと	312	13.7	11.4	1.3	ゆかり おにぎり
27/水	牛乳 ご飯 味噌汁(豆腐・ほうれん草) かに玉 ブロッコリーの昆布茶和え 南瓜煮 りんご	とうふ たまご あずき ぎゅうにゅう みそ	こめ かたくりこ	ほうれんそう にんじん 乾しいたけ ねぎ グリンピース ブロッコリー かぼちゃ りんご	牛乳 コロコロドーナツ	310	13.4	10.6	1.4	ドーナツ
28/木	牛乳 ご飯 豚汁 焼き鯖 えのき入り和え物 りんご	ぶたにく あぶらあげ さば ぎゅうにゅう ほしえび たまご みそ	こめ しらたき ごま こむぎこ	ごぼう にんじん だいこん ねぎ キャベツ えのき チンゲンサイ もやし りんご あおのり	牛乳 お好み焼き	361	20.0	15.4	1.2	バナナ
29/金	牛乳 三色丼 味噌汁(豆腐) わかめ入りかき揚げ りんご	ぶたにく たまご でんぶ とうふ ぎゅうにゅう みそ	こめ さつまいも	ほうれんそう ねぎ えのき にんじん わかめ りんご ごぼう	牛乳 ごぼうチップス	427	19.5	16.0	1.7	ゆかり おにぎり
30/土	牛乳 カレーうどん 牛乳 バナナ	とりにく ぎゅうにゅう	うどん かたくりこ	にんじん はくさい ねぎ バナナ	牛乳 まがりせんべい	333	14.4	14.7	1.2	まがり せんべい

※食材の都合により献立が変更する場合があります。10じのおやつは1・2歳児のみに なります。栄養価に6時のおやつは含みません。



毎日の給食は大新保育園ホームページに載せています。  
献立等の変更があった場合もそちらでお知らせいたしますので、ご覧ください。



# 11月の離乳食予定表

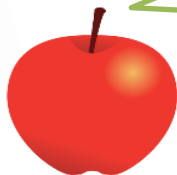
令和6年度



大新保育園

月	火	水	木	金	土
<div style="border: 2px dashed orange; padding: 5px;"> <p><b>秋も深まり、寒い季節がやってきます</b>                      これからの季節は、朝夕が冷え込むようになり、体調を崩しがちです。旬の食材を使ったバランスのよい食事とおやつで、栄養を十分にとり、寒さに負けない体づくりをしていきましょう。</p> </div>				1	2
				かゆ・汁 ぶたにく煮 煮野菜	煮込みうどん バナナ
				白せんべい	ヨーグルト
4	5	6 誕生会	7	8	9
振替休日	かゆ・汁 高野豆腐の含め煮 小松菜和え	かゆ・汁 ひき肉あん 煮野菜	かゆ・汁 炒り鶏 じゃが芋きんぴら	かゆ・汁 とろみ野菜 五色和え	あったかうどん バナナ
	さつま芋煮	煮りんご	パンがゆ	白せんべい	ヨーグルト
11	12	13	14	15	16
かゆ・汁 煮魚(鮭) 白菜和え物 ポテトやき	かゆ・汁 鶏ひき肉あん 野菜炒め うどん	かゆ・汁 湯豆腐 昆布煮物 うすやき	かゆ・汁 豚のりんご煮 切干煮 ヨーグルト	かゆ・汁 おからバーグ ひじき煮 ジャムサンド	五目うどん バナナ ヨーグルト
18	19	20	21	22	23
かゆ・汁 炒り豆腐 ひじきふりかけ やきいも	かゆ・汁 めかじき煮 昆布の和え物 ヨーグルト	かゆ・汁 湯豆腐 切干煮 卵なしホットケーキ	かゆ・汁 ひき肉あん 白菜サラダ ジャムサンド	かゆ・汁 肉じゃが煮 煮野菜 ヨーグルト	<div style="border: 2px solid red; padding: 5px;"> <p>勤労感謝の日</p> </div>
25	26	27	28	29	
かゆ・汁 鶏のやわらか煮 さつま芋煮 卵なしホットケーキ	かゆ・汁 厚揚げの煮物 野菜炒め 青のりポテト	かゆ・汁 炒り豆腐 かぼちゃ煮 卵なしホットケーキ	かゆ・汁 煮魚(鮭) 煮野菜 うすやき	かゆ・汁 ひき肉あん さつま芋煮 うどん	煮込みうどん バナナ ヨーグルト

今月の食材・・・ はくさい、りんご



どちらの食材も、食物繊維、ビタミンC、カリウムなどの栄養素が含まれます。離乳食にも取入れやすい食材です。

毎日の給食は大新保育園ホームページに載せています。  
 献立等の変更があった場合もそちらでお知らせいたしますので、ご覧ください。

