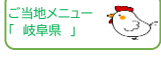
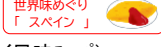
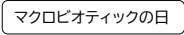




11月 給食献立表(認定こども園新高山めぐみ幼稚園)



2025年

日	曜	昼 食	おやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる	(その他の食品)	エネルギー
4	火	気仙沼産マグロカツ 切干大根の炒め煮 ごはん 里芋と若布のみそ汁 西洋梨缶	ブルーベリーケーキ	気仙沼産マグロカツ/油揚げ わかめ・みそ	油/砂糖/米/里芋 ブルーベリージャム ケーキミックス	切干大根・人参・インゲン 西洋梨缶	醤油・みりん・だし	555
5	水	肉豆腐 しらす入り青菜のごま和え ごはん 玉葱と油揚げのみそ汁 リンゴ	北海道産 シューストポテト	豚肉・木綿豆腐 しらす干し/油揚げ・みそ	ごま油・砂糖/いりごま/米 シューストポテト・油	白菜・椎茸・青菜/もやし・人参 玉葱/りんご	醤油・みりん・だし・塩	514
6	木	ケイちゃん(鶏とキャベツのみそ炒め) さつま芋のレモン煮 ごはん オクラと豆腐のお吸い物 食べる小魚 	ストロベリー ヨーグルト	鶏肉・みそ/木綿豆腐 食べる小魚/ヨーグルト	油・砂糖/さつま芋/米 いちごジャム	しょうが・にんにく・キャベツ しめじ・人参・ピーマン/レモン オクラ	醤油・みりん・だし	505
7	金	バターロールパン お豆のクリームシチュー ツナサラダ ブチゼリー	バームクーヘン	大豆・mixビーンズ・豚肉 牛乳/ツナ缶/ブチゼリー	ロールパン/油・シチュールウ バームクーヘン	玉葱・人参・ブロッコリー キャベツ・胡瓜・コーン	マヨドレ	594
11	火	メバルの五目あんかけ 南瓜の甘煮 ごはん 大根と油揚げのみそ汁 みかん	焼き芋	メバル/油揚げ・みそ	片栗粉・砂糖/米/さつま芋	しょうが・ねぎ・玉葱・白菜 赤パプリカ・黄パプリカ/南瓜 大根/みかん	だし・醤油・みりん	507
12	水	スタミナねばねばうどん ちくわの蒲焼き いろいろ野菜のおかか和え 白桃缶	菜めしおにぎり	鶏肉・納豆・めかぶわかめ ちくわ/花かつお	うどん・いりごま/油 片栗粉・砂糖/米	オクラ/青菜・白菜・人参/えのき 白桃缶/菜めしの素	だし・醤油・みりん	464
13	木	ミートオムレツ 具沢山のマカロニサラダ ごはん アホスープ(にんにく風味スープ) キャンディチーズ 	青りんごゼリー	ミートオムレツ/ツナ缶 鶏肉/キャンディチーズ ゼリーの素	マカロニ/米	胡瓜・キャベツ・人参・コーン カリフラワー・椎茸・にんにく	マヨドレ・コンソメ	454
14	金	お赤飯 鶏のから揚げ 小町和え 具沢山ののみそ汁 なぞなぞふがし (2歳以下:黄桃缶) 	黒糖蒸しパン	赤飯の素/鶏肉/油揚げ 木綿豆腐・みそ	米/片栗粉・油/白ごま じゃが芋/なぞなぞふがし ケーキミックス・黒砂糖	しょうが・にんにく・もやし・大根 人参・しめじ・ねぎ	醤油・みりん・だし	592
17	月	白身魚フライ 華風和え ごはん 花野菜のスープ パイン缶	ロッククッキー	白身魚フライ/ツナ缶	油/春雨・ごま油/米 小麦粉・砂糖 コーンフレーク	胡瓜・キャベツ・人参・木耳 ブロッコリー・カリフラワー・玉葱 パイン缶	醤油・みりん・中華味 ベーキングパウダー	587
18	火	煮込みハンバーグ スパンテー ごはん えのきと若布のスープ ブチゼリー	のり塩ポテト	ハンバーグ/わかめ ブチゼリー/あおのり粉	油/スパゲティ/米 じゃが芋	玉葱・マッシュルーム トマト水煮/キャベツ・人参 コーン/えのき	ケチャップ・ソース・塩 こしょう・醤油・だし	622
19	水	自分で作ろう! メンチカツサンド (食パン、メンチカツ、チーズ、玉ねぎのケチャップソース) フレンチサラダ コロコロ野菜のコンソメスープ リンゴ	ピーチヨーグルト	メンチカツ/スライスチーズ 鶏肉/ヨーグルト	食パン・油	玉葱・キャベツ・胡瓜・コーン 南瓜・赤パプリカ・黄パプリカ インゲン・椎茸/りんご/黄桃缶	ケチャップ 8大アレルゲン不使用 フレンチドレッシング・コンソメ	562
20	木	発芽玄米ごはん 大豆ミートのから揚げ スライス納豆(鳥取のご当地メニュー) もやしと油揚げのみそ汁 食べる小魚 	リンゴケーキ	米・発芽玄米・大豆ミート・しょうが・にんにく・みりん・醤油・片栗粉・油 納豆・豆プラス・にら・白ごま・醤油/もやし・油揚げ・みそ・だし 食べる小魚/ケーキミックス・りんごジャム・油・砂糖				541
21	金	カレーライス チキンナゲット コールスロー みかん	グレープゼリー	豚肉/チキンナゲット グレープゼリー	米・油・じゃが芋 カレールー	玉葱・人参/キャベツ・胡瓜 コーン/みかん	手作りドレッシング	681
25	火	チキンカツ Caたっぷり和風ごまドレサラダ ごはん 具沢山ののみそ汁 キャンディチーズ	フルーチェ(いちご)	チキンカツ/しらす干し ひじき/油揚げ・みそ キャンディチーズ/牛乳	油/いりごま/米/里芋 フルーチェの素	小松菜・切干大根・赤パプリカ キャベツ・ねぎ・椎茸	ケチャップ 8大アレルゲン不使用 ゴマドレッシング・だし	521
26	水	お野菜たっぷり味噌ラーメン 焼き餃子 北海道産シューストポテト みかん	ごまと青のりの おにぎり	豚肉/餃子/あおのり粉	ラーメン・ごま油/油 シューストポテト/米 いりごま	青菜・キャベツ・人参・もやし 木耳・コーン/みかん	味噌ラーメンスープの素 塩	584
27	木	根菜入り鶏つくね 春雨サラダ ごはん 白菜としめじのみそ汁 フルーツonゼリー 	ココアバナナケーキ	根菜入り鶏つくね/ちくわ みそ/いちごゼリー	油/春雨/米/ケーキミックス	胡瓜・キャベツ・人参/白菜 しめじ/みかん缶・パイン缶 バナナ	マヨドレ・だし・ビュウコア	568
28	金	タラの付け焼き オクラのおかか和え 南瓜のそぼろ煮 ごはん 豚汁 リンゴ	きな粉マカロニ	タラ/花かつお/鶏肉/豚肉 木綿豆腐・みそ/きな粉	油/砂糖/米/マカロニ	オクラ/南瓜/大根・ごぼう・人参 糸蒟蒻・ねぎ/りんご	醤油・みりん・だし・塩	523

原材料等の都合により献立を変更することがありますのでよろしくお願いいたします。

※「マヨドレ」は卵を使用しない、マヨネーズ風ドレッシングを使用しています。

一日平均給与量 エネルギー:551kcal 脂質:16.6g たんぱく質:17.5g 炭水化物:85.3g 食塩相当量:1.7g