梼

2025、11月分予定献立

保護者確認欄

(1)

(月)	(火)	(水)	(木)	(金)
3	4 米飯	5 パン	6 米飯	7 米飯
	焼きししゃも	かぼちゃのクリーム煮	いもこ煮	飲むゼリー(レモン)
	切干し大根の炒めナムル	ライスパスタサラダ	海と畑のサラダ	淡路鶏から揚げ 島ナムル
	なめこ汁		納豆(個包装)	あわたまスープ
10 パン	11 米飯	12 いもご飯	13 米飯	14 米飯
五目ラーメン	木の葉丼	鶏肉のうまから炒め	淡路コロッケ	焼き魚(さんま)
さっぱりサラダ	じゃこのサラダ	ワンタンスープ	ほうれんそうの中華和え	キャベツの赤しそ和え
			竹輪のみそ汁	筑前煮
17 黒糖パン	18 米飯	19 パン	20 麦ご飯	21 米飯
ポトフ	魚(たら)のごま揚げ	卵サンド(卵、ツナ・野菜)	カレーライス	鶏肉の塩こうじ焼き
バンサンスー	ブロッコリーのぽん酢和え	(小袋マヨネーズ)	ささみサラダ	チンゲンサイのいろどり和え
	きのこのみそ汁	たまねぎのスープ		湯葉のすまし汁
24	25 米飯	26 米飯	27 米飯	28 米飯
	中華丼	和風煮込みハンバーグ	青パパイヤのチンジャオロース	鮭のみぞれかけ
	ひねぽんサラダ	小松菜のおかか和え	キムチスープ	水菜のごま和え
	みかん	だいこんのみそ汁		ちゃんこ汁

11月分より、パンの表記が変わります。ご注意ください。

「減量パン」「パン」「減量黒糖パン」「黒糖パン」(内容成分・量は変わりません。)

2025, 11

焼きししゃも 切干し大根の炒めナムル なめこ汁 かぼちゃのクリーム煮 ライスパスタサラダ いもこ煮 海と畑のサラダ 納豆(個包装) 飲む あれ   材料 小 中 材料 小 中 材料 小 中   ししゃも 15g 1尾 2尾 素し大豆 たまねぎ 15 18 冷凍絹厚揚げ 20 24 50	ド飯 吹むゼリー(レモン) 炎路鶏から揚げ 島ナ <i>丘</i> あわたまスープ <b>材料 小</b> 欠むゼリー 140g 1個 (レモン)	ル 中 1個
材料 小 中   ししゃも 15g 1尾 2尾 素し大豆 15 18 冷凍絹厚揚げ 20 24   たまねぎ 35 42 里芋 50 60	炎路鶏から揚げ 島ナム あわたまスープ <b>材料 小</b> 欠むゼリー 140g 1個	中
おお	5わたまスープ <b>材料 小</b> 欠むゼリー 140g 1個	中
材料   小 中   小 中     小 中	<b>材料 小</b> 欠むゼリー 140g 1個	-
材料   小 中   小 中     小 中	<b>材料 小</b> 欠むゼリー 140g 1個	-
		1個
	(レモン)	, 1 <u>121</u> 1
	( ' ' '	l
	<u> </u>	
切干し大根 5 6 にんじん 12 14.4 たまねぎ 50 60 鶏も	鳥もも皮つき 10g 85	
	F外天塩 0.56 しょう 0.04	0.67 0.05
	こしょう 0.04 ごんぷん 14	16.8
	ドぬか油 8.4	10.08
	V (V (В / ) / Д	10.00
	まうれんそう 40	48
うすくちしょうゆ 1.9 2.28 丸鶏スープベースHD 12 14.4 天外天塩 0.2 0.24 だし		
本みりん   0.5 0.6 豆乳   35 42 削り節 3号だし   1 1.2 にん	こんじん 2	2.4
ごま油   1   1.2   天外天塩   0.6   0.72   水   10   12   ごま		0.36
	うすくちしょうゆ 2.8	3.36
	こまねぎ 20	25 11
	こんじん 9 塩蔵わかめ 1.2	11 1.44
		20
	ニ鶏スープベースHD 15	15
	F外天塩 0.25	0.25
煮干し 4 4米酢 3.6 4.32米酢 2.8 3.36にし		0.04
	すくちしょうゆ 3.9	4.1
	ごんぶん 0.3	0.33
カップ納豆20g 1個 1個		

10(月)			11(火)			12(水)	)		13(木)			14(金)			
パン			米飯			いもご飯			米飯			米飯			
五目ラーメン			木の葉丼			鶏肉のうまから炒め	め		淡路コロッケ			焼き魚(さんま)			
さっぱりサラダ			じゃこのサラダ			ワンタンスープ	ワンタンスープ			直和え しんしん かんしん かんしん かんしん かんしん かんしん かんしん かんし		キャベツの赤しそ和え			
									竹輪のみそ汁			筑前煮			
材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中	
\	小1年		焼きかまぼこ	12		鶏もも皮つき 10g	60		淡路牛コロッケ 60g	1個	1個	さんま筒切り 40g	1尾	1尾	
冷凍中華麺	小2~6年 中·職		鶏卵 たまねぎ	38		たまねぎ	10	12		c	6	天外天塩	0.16	0.16	
ごま油	中' 職		にんじん	75 15		キャベツ エリンギ	40 15	46 18	米ぬか油	6	0	キャベツ	60	72	
こる畑	' '	1.2	乾しいたけ	0.6		赤ピーマン	5		冷凍ほうれんそう	25	30	にんじん	6	7.2	
豚肉ももスライス	12	144	おつゆふ	1.5		三温糖	2		ほうれんそう	25		ゆかり	0.6	0.72	
焼豚	8		葉ねぎ	4.5		清酒	0.5		もやし	20	24		0.0	0	
なると	6.4		三温糖	1.3		こいくちしょうゆ	4		にんじん	5		鶏もも皮つき 10g	25	30	
米ぬか油	0.4		うすくちしょうゆ	2.5	2.8	トウバンジャン	0.2		ごま油	0.3	0.36	米ぬか油	0.3	0.36	
キャベツ	16	19.2	こいくちしょうゆ	4	4.5	コチジャン	2	2.4	うすくちしょうゆ	2.5	3	にんじん	23	27.6	
にんじん	7.2		清酒	0.5		いりごま	1	1.2				ごぼう(乱切り)	27	32.4	
たまねぎ	12		本みりん	0.5		米ぬか油	0.5	0.6	焼き竹輪	20	25	れんこん水煮	20	24	
もやし	12		削り節 3号だし	2	2				にんじん	5		乾しいたけ	0.4	0.48	
葉ねぎ	3.5	4.46				ワンタンの皮	8		たまねぎ	20		さつま揚げ	10	12	
冷凍ホールコーン	6.4		キャベツ	30		にんじん	6		えのきたけ	4		冷凍絹厚揚げ	10	12	
きくらげ	0.3		ちりめんじゃこ	3		えのきたけ	7		葉ねぎ	3.5		板こんにゃく	25	30	
ごま油	0.5		ごま油	0.5		葉ねぎ	3		煮干し	4		冷凍さやいんげん	5	6	
こいくちしょうゆ	1		冷凍むき枝豆	20		丸鶏スープベースHD	15		みそ	7.25	7.4	三温糖	1.5	1.8	
うすくちしょうゆ	0.6		うすくちしょうゆ	1.2	1.44	天外天塩	0.12	0.13				うすくちしょうゆ	2.4	2.88	
中華スープの素 スープベースチキン	0.7 10	0.8 10				うすくちしょうゆ	4.2	4.3				こいくちしょうゆ 清酒	2.1 0.5	2.52 0.6	
スープペースディン 天外天塩	0.3	0.3										  本みりん	0.5	0.6	
こしょう	0.05	0.05				さつまいも1.5cm角切り	15.5	20				本のリル 	0.5	0.0	
2027	0.03	0.03				天外天塩	0.62	0.8							
だいこん	20	24	,												
キャベツ	35	42													
カットわかめ	0.5	0.6													
親鶏素焼きスライス		12													
上白糖	1.87	2.24													
米酢	3.64	4.37													

17(月) 18(火)				19(水	<del></del>		20(木	)		21(金)					
黒糖パン			米飯			パン			麦ご飯			米飯			
ポトフ			魚(たら)のごま揚げ	<del>ブ</del>		卵サンド(卵、ツナ・野菜)			カレーライス			鶏肉の塩こうじ焼き			
バンサンスー  ブロッコリーのぽん酢和		が 酢和え	ζ	(小袋マヨネーズ)			ささみサラダ			チンゲンサイのいろどり和え					
						たまねぎのスープ						湯葉のすまし汁			
材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中	
競機ミニカクテルウィンナー トライス おもももの おももの がいも たまんじり かまるじり かまる にセローグ で で で で で で で の の の の の の の の の の の の	20 10 30 45 35 18 3 15 0.5 0.02 6 20 10	12 35 50 40 22 4 15 0.55 0.03	たび (大)	1切 5 2 2 2 1 2.5 10 20 3.8	5 5 2 2 2 1 2 2.5 12 24	手巻き用卵 15g まぐろ油漬け キャベツ きゅうり たまねぎ 小袋マヨネーズ 8g	小1,2年 1本 20 17 3.5 1袋 23 9 25 12	2本 24 20.4 3.6 4.2 1袋 27.6 11 30	豚用 ス1.5cm角切り ス1.5cm角切り ス1.5cm角切り ス1.5cm角切り スカース スチャッ 食スチャご イ天 スカー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カ	30 0.3 20 60 54 4 16 2 2 3 0.5 0.2 0.01 2.5	22 65 63 5 18 2.2 2 3 0.6 0.25 0.04	鶏むね皮つき 塩こうじ キャゲンサイ にんじん 冷ホールコーン ポークハム うすくち 上 上 白 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大	少1,2年 50 4 20.8 27.2 4 6.4 2.08 0.32 40 9	70 5.6 24.96 32.64 4.8 4.8 7.68 2.5 0.38	
うすくちしょうゆ 上白糖 米酢 ごま油 黒砂糖	3.6 1.14 1.96 0.98	2.35 1.18	はくさい がなり はくさしめ が で が は は は は は さ た け で き た し き た し き た し き た し る き た し る も る も る も る も る る る る る る る る る る る	30 5 5 3.5 4 6.9	6 6 3.6 3.5 4		0.38 0.01 1.04	0.02	キに蒸きせいすが米上ご 米からさり 一ましましまり 一ましま を変われる を変われる かまましま を変われる という からない からない からない からない からない からない からない からない	25 5 15 10 2 0.6 2.6 2.9 1 0.5	6 18 12 2.4 0.72 3.12 3.48 1.2 0.6		1.2 1 3.5 0.14 3.7 0.6 4	1.2 3.5 0.15 3.8	

2025, 11

24(月)			25(火)	)		26(水	)		27(木	)		28(金)		
			米飯			米飯			米飯			米飯		
	/		中華丼			和風煮込みハンバ	<b>、</b> ーグ		青パパイヤのチン	ジャオロ	コース	鮭のみぞれかけ		
			ひねぽんサラダ			小松菜のおかか和え			キムチスープ			水菜のごま和え		
						だいこんのみそ汁						ちゃんこ汁		
材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中
			豚肉ももスライス	22		国産鶏のハンバーグ 60g	1個	1個	牛肉ももばらスライス	45		さけ切身 50g	1切	1切
			米ぬか油	0.3	0.33				米ぬか油	0.5		でんぷん	5	5
			うずら卵水煮	20	22				にんじん	10		米ぬか油	5	5
			キャベツ	55		ぶなしめじ	3.5		青パパイヤ	20		うすくちしょうゆ	2.5	2.5
			チンゲンサイ	9		生しいたけ	3		ピーマン	15		上白糖	0.6	0.6
			たまねぎ	47		たまねぎ	10		もやし	12		本みりん	0.38	0.38
			にんじん	9	9.9	_	26		しょうが	0.48		米酢	0.6	0.6
			きくらげ	0.4		上白糖	2		こいくちしょうゆ	3.6			2.5	2.5 25
			葉ねぎ しょうが	5.5		こいくちしょうゆ 実流	3		清酒	0.5		だいこん	25	25
			うすくちしょうゆ	0.8 5.4		清酒 本みりん	2.5 2		三温糖 オイスターソース	2	2.4	水菜	35	42
			天外天塩	0.2		本みりん でんぷん	0.25	0.25		1	1.2	小米  はくさい	30	36
			こしょう	0.03	0.22		0.23		豚肉ももスライス	10	12	いりごま	0.6	0.72
			清酒	0.03	1.1		7	7	はくさいキムチ	10		上白糖	0.5	0.72
			/5/12  スープベースチキン	10		こまつな	40	48	木綿豆腐	30		こいくちしょうゆ	2.5	3
			ごま油	0.5		上白糖	0.26		にんじん	5	6		2.0	Ŭ
			でんぷん	3		うすくちしょうゆ	1.7		たまねぎ	20	24	鶏つ〈ね	30	35
						花かつお	0.4		乾しいたけ	0.5		はくさい	20	35 24
			親鶏素焼きスライス	18	21.6				葉ねぎ	3.5		チンゲンサイ	15	18
			にんじん	5	6	だいこん	20		丸鶏スープベースHD	15		塩蔵わかめ	1.2	1.2
			きゅうり	10		キャベツ	15		天外天塩	0.2		スープベースチキン	15	15
			キャベツ	20		にんじん	10		こしょう	0.02		天外天塩	0.2	0.22
			上白糖	2.2		油揚げ	3		うすくちしょうゆ	3.2	3.5	うすくちしょうゆ	3.5	3.8
			米酢	2.2		葉ねぎ	3.5	4.2						
			うすくちしょうゆ	3.19		みそ	7.25	7.4						
			ゆず果汁	0.88	1.06	煮干し	4	4						
			温州みかんM	1個	1個									