

2024年度11月 幼児食献立予定表

ニチキッズあいずみさかふし保育園

日付	献立名	材料名	午前おやつ 3歳未満児クラス	エネルギー たんぱく質 脂質 ()内は3歳未満児
			午後おやつ	
1 15 29 (金)	ご飯 キャベツのおみそ汁 ミートローフ しゃきしゃき炒め りんご	牛乳/お子様せんべい/米/かつおだし汁、キャベツ、もやし、しめじ、みそ/豚ひき肉、たまねぎ、食塩、米粉、ケチャップ、中濃ソース(1日:きゅうり、ノンエッグマヨネーズ)/油、じゃがいも、にんじん、ピーマン、酢、砂糖、食塩(1日:ツナ缶)/りんご/牛乳(1日:食パン、無塩バター、グラニュー糖)/15.29日:食パン、ツナ水煮缶、ノンエッグマヨネーズ、きゅうり	牛乳	550(508) kcal
			おせんべい	23.3(21.7) g
			牛乳	19.1(18.3) g
			1日:パタートースト/15.29日:ツナサンド	
2 16 30 (土)	ご飯 じゃがいものお味噌汁 ポークチャップ キャベツサラダ バナナ	牛乳/クラッカー/米/じゃがいも、葉ねぎ、煮干だし汁、米みそ(甘みそ)/豚肉(もも)、たまねぎ、おろししょうが、しょうゆ、ケチャップ、中濃ソース、砂糖、食塩/キャベツ、きゅうり、にんじん、すりごま、油、砂糖、しょうゆ、酢、みりん/バナナ/牛乳/ホットケーキ粉、ベーキングパウダー、きな粉、砂糖、牛乳、油	牛乳	554(505) kcal
			クラッカー	22.5(20.9) g
			牛乳	14.3(14.8) g
			きなこのホットケーキ	
18 (月)	チキンカレー チンゲンサイのスープ わかめサラダ オレンジ	牛乳/カルテツウエハース/米、油、おろしにんにく、たまねぎ、鶏もも肉、じゃがいも、にんじん、かつお・昆布だし汁、カレー粉、砂糖、いちごジャム、鶏がらスープの素、片栗粉/ごま油、チンゲンサイ、かつお・昆布だし汁、食塩、しょうゆ、鶏がらスープの素/キャベツ、きゅうり、にんじん、カットわかめ、すりごま、油、砂糖、しょうゆ、酢、みりん、/オレンジ、/牛乳、/りんご濃縮果汁、かんてん(粉)、砂糖、/お子様せんべい	牛乳	474(439) kcal
			ウエハース	17.4(16.9) g
			牛乳	12.9(14.6) g
			りんご寒天・おせんべい	
5 19 (火)	ご飯 こまつなのおみそ汁 さけのしょうが焼き 切干大根のカレーソー りんご	牛乳/クラッカー/米/かつおだし汁、こまつな、たまねぎ、エリンギ、みそ/さけ、おろししょうが、片栗粉、砂糖、しょうゆ、みりん/油、豚ひき肉、切り干しだいこん、ピーマン、にんじん、にんじん、カレー粉、砂糖、しょうゆ、食塩/りんご/牛乳/小麦粉、砂糖、ベーキングパウダー、オレンジ濃縮果汁	牛乳	473(448) kcal
			クラッカー	23.3(21.8) g
			牛乳	10.6(12.0) g
			オレンジ蒸しパン	
6 (水)	マーボー高野豆腐丼 チンゲンサイのすまし汁 じゃがいものマヨ焼き バナナ	牛乳/ビスケット/米、油、おろししょうが、たまねぎ、豚ひき肉、凍り豆腐、にら、水、砂糖、しょうゆ、米みそ(甘みそ)、水、片栗粉、鶏がらスープの素、ごま油、/かつお・昆布だし汁、片栗粉、チンゲンサイ、にんじん、えのきたけ、食塩、しょうゆ、/じゃがいも、にんじん、いんげん、マヨドレ(ノンエッグマヨネーズ)、食塩、/バナナ、/牛乳、/米、鶏ひき肉、砂糖、しょうゆ、みりん、あおりのり、食塩	牛乳	567(523) kcal
			ビスケット	20.2(19.1) g
			牛乳	13.9(14.1) g
			そぼろおにぎり	
20 (水)	五目炒飯 チンゲンサイのスープ 切干大根のサラダ バナナ	牛乳/ビスケット/米、ごま油、葉ねぎ、にんじん、しめじ、豚ひき肉、しょうゆ、食塩、鶏がらスープの素/ごま油、チンゲンサイ、かつお・昆布だし汁、食塩、しょうゆ、鶏がらスープの素/切り干しだいこん、きゅうり、にんじん、ツナ水煮缶、砂糖、しょうゆ、本みりん、マヨドレ(ノンエッグマヨネーズ)食塩/バナナ/牛乳/かぼちゃ、ホットケーキ粉、ヨーグルト(無糖)、砂糖	牛乳	567(523) kcal
			ビスケット	20.2(19.1) g
			牛乳	13.9(14.7) g
			かぼちゃパン	
7 22 (木)	ご飯 はくさいのおみそ汁 鶏肉の南部焼き れんごんの炒め煮 オレンジ	牛乳/カルテツウエハース/米/かつおだし汁、はくさい、たまねぎ、みそ/鶏もも肉、おろししょうが、しょうゆ、みりん、黒ごま、ごま/油、れんこん、にんじん、ピーマン、かつおだし汁、砂糖、しょうゆ、みりん/オレンジ/牛乳/油、かぼちゃ、牛乳、ホットケーキ粉	牛乳	494(469) kcal
			ウエハース	21.3(19.9) g
			牛乳	13.5(15.1) g
			かぼちゃドーナツ	
8 (金)	ゆかりご飯 まいたけのおみそ汁 さわらの塩焼き さつまいもの甘がらめ バナナ	牛乳/お子様せんべい/米、カルシウムふりかけ ゆかり/かつおだし汁、こまつな、たまねぎ、まいたけ、みそ/さわら、食塩/さつまいも、ごぼう、にんじん、片栗粉、油、砂糖、しょうゆ、みりん/バナナ/牛乳/米、こんぶ(だし用)、にんじん、かつお節、しょうゆ、ごま	牛乳	569(522) kcal
			おせんべい	22.5(21.0) g
			牛乳	13.2(13.7) g
			夕焼けおにぎり	
21 (木)	ご飯 さつまいものおみそ汁 さばの塩焼き でんぶ りんご	牛乳/お子様せんべい/米/かつおだし汁、さつまいも、カットわかめ、葉ねぎ、米みそ(甘みそ)/さば、食塩/いんげんまめきんとん、にんじん、だいこん、ごぼう、凍り豆腐、かつお・昆布だし汁、砂糖、しょうゆ、うめ干し/りんご/牛乳/上新粉、食塩、こしあん(生)、ベーキングパウダー、卵、ながいも、砂糖、ゆであずき缶、ほうれんそう	牛乳	563(518) kcal
			おせんべい	22.9(21.3) g
			牛乳	15.7(15.7) g
			小男鹿	
9 (土)	ご飯 だいこんのおみそ汁 タンドリーチキン ブロッコリーのしらす和え バナナ	牛乳/クラッカー/米/かつおだし汁、だいこん、しめじ、カットわかめ、みそ/鶏もも肉、おろししょうが、マヨドレ(ノンエッグマヨネーズ)、ケチャップ、しょうゆ、カレー粉、片栗粉/ブロッコリー、カリフラワー、にんじん、しらす干し、油、砂糖、酢、しょうゆ/バナナ/麦茶(浸出液)/牛乳、片栗粉、砂糖/ビスケット	牛乳	486(459) kcal
			クラッカー	21.7(20.5) g
			牛乳	10.3(11.8) g
			ジャムサンド	
11 25 (月)	ご飯 ほうれんそうのすまし汁 さけのちゃんちゃん焼き じゃがいもの磯和え オレンジ	牛乳/お子様せんべい/米/かつお・昆布だし汁、ほうれんそう、もやし、油揚げ、食塩、しょうゆ/さけ、食塩、油、キャベツ、にんじん、ピーマン、しめじ、コーン(冷凍)、かつお・昆布だし汁、砂糖、しょうゆ、みそ、みりん/じゃがいも、あおりのり、食塩/オレンジ/牛乳/油、豚肉(もも)、キャベツ、もやし、にんじん、焼きそばめん、中濃ソース、かつお節、あおりのり	牛乳	478(450) kcal
			おせんべい	25.5(23.4) g
			牛乳	11.8(12.6) g
			焼きそば	
12 26 (火)	ご飯 もやしのおみそ汁 肉豆腐 こまつなのお浸し バナナ	牛乳/クラッカー/米/かつおだし汁、れんこん、にんじん、もやし、みそ/豚肉(肩ロース)、木綿豆腐、はくさい、たまねぎ、おろししょうが、砂糖、しょうゆ、みりん/こまつな、コーン(冷凍)、かつおだし汁、しょうゆ/バナナ/牛乳/米、塩こんぶ	牛乳	523(488) kcal
			クラッカー	18.2(17.7) g
			牛乳	11.5(12.7) g
			昆布おにぎり	
13 27 (水)	塩あんかけ野菜丼 豆腐のおみそ汁 さつまいもの甘辛煮 りんご	牛乳/ビスケット/米、ごま油、おろししょうが、たまねぎ、鶏もも肉、にんじん、はくさい、チンゲンサイ、鶏がらスープの素、食塩、片栗粉、水/かつおだし汁、木綿豆腐、ねぎ、みそ/さつまいも、水、砂糖、しょうゆ/りんご/牛乳/無塩バター、マシュマロ、コーンフレーク	牛乳	509(477) kcal
			ビスケット	17.7(17.2) g
			牛乳	11.8(13.0) g
			マシュマロおこし	
14 28 (木)	ご飯 チンゲンサイのおみそ汁 さばの中華漬け焼き かぼちゃのごまヨ和え バナナ	牛乳/カルテツウエハース/米/かつおだし汁、チンゲンサイ、ねぎ、油揚げ、みそ/さば、たまねぎ、おろししょうが、ごま油、砂糖、しょうゆ、みりん/かぼちゃ、にんじん、ブロッコリー、すりごま、ノンエッグマヨネーズ、しょうゆ/バナナ/牛乳/14日:さつまいも、無塩バター 28日:さつまいも、砂糖、きな粉、食塩	牛乳	562(524) kcal
			ウエハース	21.7(20.2) g
			牛乳	18.0(18.7) g
			14日:焼き芋/28日:さつまいもきなこ	

◎食材仕入れの都合により献立が変更になる場合があります。ご了承下さい。

◎幼児クラスでは喫食確認を行っておりません。

献立の中で食べたことのない食材がありましたら、ご家庭で事前にお試しください。



11月平均栄養量
520(484) kcal
21.4(20.1) g
13.7(14.5) g