



# 2024年度11月 幼児食献立予定表



ニチキッズかなめ保育園

日付	献立名	材料名	午前おやつ	エネルギーたんぱく質脂質
			午後おやつ	
1 15 29 (金)	ご飯 キャベツのおみそ汁 レバーミートローフ しゃきしゃき炒め オレンジ	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/鶏レバー、豚ひき肉、たまねぎ、食塩、米粉、ケチャップ、中濃ソース/油、じゃがいも、にんじん、ピーマン、酢、砂糖、食塩/オレンジ/牛乳/食パン、ツナ水煮缶、ノンエッグマヨネーズ、きゅうり	牛乳	472 kcal
			おせんべい	21.9 g
			牛乳 ツナサンド	15.5 g
2 16 30 (土)	チキンカレー 豆腐のお味噌汁 切干大根のソテー バナナ	牛乳/クラッカー/かつお・昆布だし汁、わかめ、木綿豆腐、みそ/米、油、おろしにんにく、おろししょうが、鶏もも肉、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、ピーマン、中濃ソース、食塩、カレー粉、米粉、水/油、豚ひき肉、切り干しだいこん、ピーマン、にんじん、もやし、砂糖、しょうゆ、食塩/バナナ/牛乳/米、こんぶ(だし用)、油、たまねぎ、鶏ひき肉、にんじん、ケチャップ、砂糖、食塩、グリーンピース(冷凍)	牛乳	519 kcal
			クラッカー	18.5 g
			牛乳 チキンライス	15.1 g
4 18 (月)	ハヤシライス クリームコーンスープ わかめサラダ オレンジ	牛乳/カルテツウエハース/米、油、たまねぎ、豚肉(もも)、しめじ、米粉、水、鶏がらスープの素、砂糖、しょうゆ、ホールトマト缶詰、ケチャップ、中濃ソース、フロッコリー/油、じゃがいも、クリームコーン缶、豆乳、食塩、パセリ粉/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)、りんご、砂糖/お子様せんべい	牛乳	513 kcal
			ウエハース	19.9 g
			牛乳 りんご寒天・おせんべい	15.2 g
5 19 (火)	ご飯 こまつなのおみそ汁 さけのしょうが焼き ほうれん草の酢みそ和え なし	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/ほうれん草、きゅうり、コーン(冷凍)、鶏ささ身、砂糖、酢、みそ/なし/牛乳/小麦粉、ベーキングパウダー、牛乳、みそ、砂糖	牛乳	441 kcal
			クラッカー	22.4 g
			牛乳 みそ蒸しパン	10.5 g
6 20 (水)	ご飯 チンゲンサイのすまし汁 高野豆腐の味噌炒め さといもの素揚げ バナナ	牛乳/ビスケット/米/かつお・昆布だし汁、鶏ささ身、片栗粉、チンゲンサイ、にんじん、えのきたけ、食塩、しょうゆ/油、おろししょうが、おろしにんにく、たまねぎ、キャベツ、凍り豆腐、コーン(冷凍)、砂糖、みそ、みりん/油、片栗粉、さといも、食塩/バナナ/牛乳/油、じゃがいも、食塩、米粉、しょうゆ、砂糖、水、片栗粉	牛乳	454 kcal
			ビスケット	15.7 g
			牛乳 いももち	13.1 g
7 21 (木)	ご飯 はくさいのおみそ汁 鶏肉の南部焼き れんこんの炒め煮 みかん	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、豚ひき肉、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/みかん/牛乳/油、かぼちゃ、牛乳、ホットケーキ粉 7日きのこちぎりをします。7日のお味噌汁の具がしめじ、えのき、エリンギです。	牛乳	474 kcal
			ウエハース	20.4 g
			牛乳 かぼちゃドーナッツ	15.7 g
8 22 (金)	ゆかりコーンご飯 まいたけのおみそ汁 さわらの塩焼き さつまいもの甘からめ オレンジ	牛乳/お子様せんべい/米、カルシウムふりかけ ゆかり、コーン(冷凍)/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/オレンジ/牛乳/米、こんぶ(だし用)、にんじん、かつお節、しょうゆ、ごま 22日和食の日にちなんでご飯が鶏飯です。鶏もも肉、ごぼう、人参、油、砂糖、醤油を使います。	牛乳	511 kcal
			おせんべい	20.7 g
			牛乳 夕焼けおにぎり	13.7 g
9 23 (土)	ご飯 だいこんのおみそ汁 ゼリーフライ フロッコリーのしらす和え	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/油、じゃがいも、おから、ねぎ、米粉、水、中濃ソース/フロッコリー、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、きな粉/ビスケット	牛乳	468 kcal
			クラッカー	14.3 g
			麦茶 ミルクもち・ビスケット	10.5 g
11 25 (月)	ご飯 ほうれん草のすまし汁 さけのちゃんちゃん焼き じゃがいもの磯和え りんご	牛乳/お子様せんべい/米/かつお・昆布だし汁、ほうれん草、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、食塩/りんご/牛乳/油、焼きそばめん、中濃ソース、油、豚肉(もも)、キャベツ、たまねぎ、にんじん、えのきたけ、かつおだし汁、ごま油、しょうゆ、食塩、片栗粉、水	牛乳	461 kcal
			おせんべい	23.1 g
			牛乳 あんかけ焼きそば	13.2 g
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/ごま油、れんこん、しらす干し、小麦粉、片栗粉、鶏がらスープの素、しょうゆ	牛乳	479 kcal
			クラッカー	17.5 g
			牛乳 れんこんのお焼き	13.0 g
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 オレンジ	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/オレンジ/牛乳/米粉、ベーキングパウダー、豆乳、油、砂糖、コーン(冷凍)	牛乳	459 kcal
			ビスケット	17.4 g
			牛乳 コーン蒸しパン	12.9 g
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 かぼちゃのごまマヨ和え りんご	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、フロッコリー、すりごま、ノンエッグマヨネーズ、しょうゆ/りんご/牛乳/さといも、米粉、砂糖、水、砂糖、しょうゆ、片栗粉、水	牛乳	489 kcal
			ウエハース	20.0 g
			牛乳 さといものみたらし団子	16.9 g
<p>◎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。</p> <p>◎幼児クラスでは、喫食確認を行っておりません。</p> <p>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下さい。</p> <p>※和食の日は11月24日(日)です。</p>				11月平均栄養量
				478 kcal
				19.3 g
				13.7 g

