＜2026年11月 予定献立表 ＞

☆お弁当の日は18日（水）です。おやつはさつま芋もちです。

2026年10月23日発行 たかつかさ保育園給食室　　（単位：g）

	2・16(月)	4(水)・17(火)	5・19(木)	6・20・27(金)	7・21(土)	9・30(月)	10・24(火)	11・25(水)	12・26(木)	13(金)	14・28(土)
昼食	**ご飯** 七分つき米 40～50 **山賊焼き** 手羽中　1本 しょうが 少々 にんにく 少々 醤油（300） ゴマ油(300) **根菜サラダ** 大根 10 さつま芋 15 人参 15 れんこん 10 スモークチキン 10 マヨネーズ 4 醤油 少々 酢 少々 **味噌汁** かぶ 20 かぶの葉 3 油揚げ 5 味噌 6 出し汁	**ご飯** 七分つき米 40～50 白ゴマ 1 **鶏肉と里芋の甘辛煮** 鶏肉 30 里芋 35 人参 10 白ネギ 3 糸こんにゃく 10 小松菜 5 炒め油 1 三温糖 1．5 醤油(濃・薄) 4 みりん 0．5 出し汁 **酢れんこん** れんこん 30 酢 5 三温糖 2 醤油 1 **味噌汁** 高野豆腐 2 春菊 3 味噌 6 出し汁	**ご飯** 七分つき米 40～50 **焼き魚** サバ 塩 酒 しょうが汁 **野菜の煮付け** さつま芋 35 人参 15 れんこん 15 ブロッコリー 15 醤油 2．5 みりん 1 三温糖 1 出し汁 **澄まし汁** ネギ 2 かんぴょう 2 とろろ昆布 0．2 塩 0．2 醤油 2 出し汁	**麻婆丼** 七分つき米 40～50 豚ミンチ 30 豆腐 50 玉ネギ 30 人参 20 白ネギ 3 炒め油 1 しょうが 1 にんにく 少々 酒 1 三温糖 1 八丁味噌 4 醤油 1 みりん 1 片栗粉 **澄まし汁** キャベツ 10 干しワカメ 0．2 白ごま 0．5 出し汁 塩 0．2 醤油 2	**きつねうどん** 乾麺 30～50 油揚げ 30 麩 1 玉ネギ 10 人参 10 ネギ 2 出し汁 醤油 5 みりん 4 **果物** 柿 又は みかん 30	**ハヤシライス** 七分つき米 50 豚肉 40 人参 15 玉ネギ 40 ブロッコリー 15 じゃが芋 20 炒め油 1 しょうが 少々 にんにく 少々 ローリエ 三温糖 0．5 塩 0．2 トマトジュース 20 トマトピューレ5 ケチャップ 5 ソース 5 醤油 0．5 米粉 2 **ヨーグルト**	**納豆ご飯** 七分つき米 40～50 ひきわり納豆 20 **きんぴらおから** おから 15 ごぼう 10 れんこん 10 こんにゃく 5 炒め油 1 三温糖 1 醤油 3 みりん 2 出し汁 **ササミの中華和え** ササミ 20 人参 12 ブロッコリー 12 酢 1．5 三温糖 0．5 醤油 1．5 ゴマ油 0．8 **かきたま汁** 卵 20 ほうれん草 5 塩 0．2 醤油 2 出し汁	**梅干しご飯** 七分つき米 40～50 梅干し **おでん** 大根 50～60 人参 20～30 こんにゃく 20～30 手羽中 1本 ブロッコリー 15 出し汁 三温糖 醤油(濃・薄) みりん **味噌汁** 玉ネギ 20 じゃが芋 20 味噌 6 出し汁	**ご飯** 七分つき米 40～50 **サワラのごま味噌焼き** サワラ 40 白ゴマ 2 酒 1 みりん 1 三温糖 1 味噌 3 **根菜の煮物** 大根 30 人参 20 れんこん15 小松菜 5 醤油 2．5 みりん 1 三温糖 1 出し汁 **澄まし汁** 麩 2 干しワカメ 0．2 切り干し大根 1 塩0．2 醤油 2 出し汁	**秋の行事食** **秋のちらし寿司** 白米 50 塩・酒・昆布 酢 7 三温糖 3 塩 0．2 サケ 15 れんこん 10 かんぴょう 1 のり **金時豆の甘煮** 金時豆 20 三温糖 10 **豚汁** 豚肉 25 白菜 10 ごぼう 5 大根 10 里芋 20 味噌 6 出し汁	**パン** フランスパン 30 **冬野菜のスープ** 鶏肉 30 玉ネギ 20 人参 10 かぶ 15 かぶの葉 5 じゃが芋 20 カリフラワー 10 ブロッコリー 10 炒め油 1 中華スープ 1 塩 0．1 醤油 2 **果物** りんご 30
おやつ	2日 **ピザ** 小麦粉、三温糖、塩 ドライイースト、油、ソナ 玉ネギ、とろけるチーズ ケチャップ 16日 ***リクエストメニュー*** **わらび餅** わらび餅粉、三温糖 きな粉 **(乳児)きなこおにぎり** 七分つき米35 きな粉、三温糖 **果物** **牛乳**	**おむすびころりん** 又は **星せんべい** 又は **鉄塩せんべい** **ヨーグルト** **果物** **お茶**	5日 ***リクエストメニュー*** **きな粉マカロニ** マカロニ 20 きな粉3 三温糖2 19日 ***リクエストメニュー*** **キャラメル麩** 麩4、三温糖5 有塩バター5 **果物** **牛乳**	6日・20日 **ラスク** 食パン グラニュー糖、有塩バター 27日 **チーストースト** 食パン とろけるチーズ **果物** **牛乳**	**星せんべい** **クラッカー** **(乳児)かぼちゃボーロ** **(乳児) 果物** **(幼児)ゼリー** **お茶**	**さつま芋ケーキ** 小麦粉15，三温糖7 さつま芋15、ココア2 B.P.0．8、油5 豆乳15 **（ひよこ・やぎ組）** **さつま芋のきな粉和え** さつま芋60 きな粉、三温糖 **果物** **牛乳**	**パンの日** いなかパン ソフトバター アンパン **果物** **牛乳**	11日 **焼き芋** さつま芋80 **棒チーズ** 25日 **石焼き芋** さつま芋 **果物** **牛乳又はお茶**	12日 **おかかおにぎり** 七分つき米40 花かつお 0．3 醤油(濃) 1 白ゴマ 26日 **おにぎりやさん** **(乳児)青のりおにぎり** 七分つき米、白ゴマ、塩 **果物** **お茶**	**プレーンケーキ** 小麦粉、三温糖 無塩バター、B.P. 牛乳、卵 ココアクリーム（幼児のみ） 生クリーム、ココア **果物** **牛乳**	**ポン菓子** **ねじりん棒** **(乳児)野菜スティック** **(乳児)果物** **(幼児)ゼリー** **お茶**
延長	**クラッカー**	**かぼちゃボーロ**	**パン**	**野菜スティック**		**クラッカー**	**かぼちゃボーロ**	**ねじりん棒**	**パン**	**野菜スティック**	

☆予定献立表のため、献立内容が変更になる場合があります。
☆乳児クラスは、咀嚼や嗜好のことも考慮して、食べやすいおやつにしています。