



2024年11月給食だより



SuruSu祝昌こども園

日付	曜日	おやつ(午前)	昼食	主な材料と体内での働き				おやつ(午後)	
				主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	材料
1	金	星っこ お茶	五目うどん もやしのおかか和え フルーツ(オレンジ)	鶏肉・油揚げ かつお節	人参・小松菜・大根・だし昆布 もやし・きゅうり・人参 オレンジ	うどん	だし・醤油・本みりん 醤油・本みりん・だし	わかめおにぎり お茶	米(国産) わかめご飯の素 麦茶
2	土	かぼちゃポーロ お茶	中華丼 中華スープ フルーツ(黄桃缶)	豚肉	白菜・玉ねぎ・人参・さやえんどう 小松菜・えのきたけ 黄桃(缶詰)	米(国産)・調合ごま油・でん粉	鶏がらスープ・醤油・塩 鶏がらスープ		
5	火	ぼたぼた焼 お茶	サバの塩焼 もやしの磯和え ごはん 味噌汁 フルーツ(みかん缶)	さば 油揚げ・赤みそ・白みそ	もやし・ほうれん草・人参・のり わかめ・玉ねぎ みかん(缶詰)	油 砂糖 米(国産)	塩 だし・醤油 だし	ぶどうゼリー 牛乳	ぶどうゼリーの素 牛乳
6	水	クラッカー お茶	ケチャップライス えびフライ 花野菜サラダ スープ フルーツ(バナナ)	えびフライ	コーン・玉ねぎ カリフラワー・ブロッコリー・コーン 白菜・人参・えのき バナナ	米(国産)・油 油 砂糖・オリーブ油	コンソメ・塩・トマトケチャップ 中濃ソース 酢・塩・醤油 コンソメ・塩	お誕生日ケーキ(バイ)	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖・豆乳 油・レモン果汁・バイン(缶詰) 牛乳
7	木	ソフトサラダ お茶	鶏肉の塩こうじ焼 切干大根サラダ 高野豆腐の煮物 ごはん 味噌汁	鶏肉 ツナフレーク 凍り豆腐・鶏肉 赤みそ・白みそ	切干大根・きゅうり・人参 人参・さやいんげん 白菜・小松菜・玉ねぎ	砂糖 砂糖 米(国産)	塩こうじ 醤油・酢・本みりん だし・醤油・料理酒 だし	かぼちゃ蒸しパン 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 豆乳・かぼちゃ 牛乳
8	金	白い魚船ミルククリーム お茶	あんかけスパゲティ チキンサラダ スープ フルーツ(黄桃缶)	ウインナー チキンフレーク	玉ねぎ・ピーマン・コーン・マッシュルーム・トマトピューレ キャベツ・きゅうり・コーン 人参・ほうれん草・しめじ 黄桃(缶詰)	スパゲティ・オリーブ油・油・でん粉 マヨネーズタイプ(卵不使用)	塩・コンソメ・デミグラスソース・トマトケチャップ コンソメ・塩	ジャムサンド 牛乳	食パン ブルーベリージャム 牛乳
9	土	豆花クッキー お茶	スタミナ焼肉丼 中華スープ フルーツ(みかん缶)	豚肉	玉ねぎ・キャベツ・人参・ピーマン 小松菜・えのきたけ みかん(缶詰)	米(国産)・油・砂糖・白ごま・調合ごま油	醤油・本みりん・料理酒 鶏がらスープ		
11	月	星っこ お茶	カレーライス ブロッコリーサラダ スープ フルーツ(バナナ)	豚肉	玉ねぎ・人参 ブロッコリー・コーン・人参 ほうれん草・もやし バナナ	米(国産)・じゃが芋・油・砂糖 砂糖・オリーブ油	カレーフレーク・トマトケチャップ・中濃ソース 酢・塩 コンソメ・塩	マッシュルームサンドクラッカー 牛乳	クラッカー・マッシュマロ 牛乳
12	火	かぼちゃポーロ お茶	コロック 白菜の塩昆布和え 麦入りごはん すまし汁 フルーツ(オレンジ)	豆腐	白菜・人参・きゅうり・塩昆布 ほうれん草・玉ねぎ オレンジ	牛肉コロック・油 米(国産)・押麦	中濃ソース だし・醤油・塩	チーズ蒸しパン 牛乳	ホットケーキミックス・豆乳 チーズ 牛乳
13	水	ぼたぼた焼 お茶	きつねうどん 小松菜のお浸し フルーツ(みかん缶)	油揚げ	ほうれん草・だし昆布 小松菜・もやし・人参 みかん(缶詰)	うどん・砂糖	だし・醤油・本みりん・塩 醤油・だし	青菜おにぎり お茶	米(国産) 菜めしの素 麦茶
14	木	五穀ビスケット お茶	豆腐ハンバーグ パプリカサラダ 焼かぼちゃ ごはん 味噌汁	豆腐野菜ハンバーグ 豆腐・赤みそ・白みそ	キャベツ・赤パプリカ・黄パプリカ・きゅうり かぼちゃ わかめ・もやし	油・砂糖・でん粉 油・砂糖 油 米(国産)	醤油・本みりん・料理酒 醤油・酢 塩 だし	オレンジゼリー 牛乳	オレンジゼリーの素 牛乳
15	金	豆花クッキー お茶	きのこスパゲティ キャベツサラダ スープ フルーツ(パイン缶)		玉ねぎ・しめじ・しいたけ・えのきたけ・のり キャベツ・きゅうり・赤パプリカ 人参・玉ねぎ・小松菜 パイン(缶詰)	スパゲティ・油・バター マヨネーズタイプ(卵不使用)	コンソメ・塩・醤油 コンソメ	スイートポテト 牛乳	さつま芋・バター 砂糖 牛乳
16	土	ソフトサラダ お茶	焼きそば スープ フルーツ(黄桃缶)	豚肉・かつお節	人参・キャベツ・もやし・あおさのり 人参・チンゲン菜 黄桃(缶詰)	焼きそば用麺・油	焼きそばソース(粉)・中濃ソース 鶏がらスープ		
18	月	白い魚船ミルククリーム お茶	サーモンの塩焼 ほうれん草の納豆和え ごはん 味噌汁 フルーツ(パイン缶)	ピンクサーモン 納豆 赤みそ・白みそ	ほうれん草・人参 わかめ・玉ねぎ・人参 パイン(缶詰)	米(国産)	塩 醤油 だし	りんご蒸しパン 牛乳	ホットケーキミックス りんごジュース 牛乳
19	火	星っこ お茶	麻婆ラーメン 搾三絲 フルーツ(オレンジ)	豚ひき肉・みそ・豆腐 ハム	にんにく・しょうが・人参・白ねぎ きゅうり・コーン オレンジ	ラーメン・油・砂糖・でん粉・調合ごま油 緑豆春雨・調合ごま油・砂糖	鶏がらスープ・醤油・オイスターソース・塩 酢・醤油	おかかおにぎり お茶	米(国産)・かつお節 醤油 麦茶
20	水	かぼちゃポーロ お茶	白身魚の中華餡 ほうれん草のごま和え ごはん 中華スープ フルーツ(黄桃缶)	たら	白菜・玉ねぎ・人参 ほうれん草・キャベツ 大根・チンゲン菜・えのきたけ 黄桃(缶詰)	でん粉・油・調合ごま油 白ごま 米(国産)	塩・鶏がらスープ・醤油 醤油・本みりん・だし 中華だし・醤油・塩	バインゼリー 牛乳	バインゼリーの素 牛乳
21	木	ぼたぼた焼 お茶	豚肉の生姜焼 ポテトサラダ ごはん 味噌汁 フルーツ(バナナ)	豚肉 豆腐・赤みそ・白みそ	しょうが・玉ねぎ 人参・きゅうり・コーン わかめ・玉ねぎ バナナ	小麦粉・油・砂糖 じゃが芋・マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)	塩・ごしょう・醤油・料理酒 塩 だし	かぼちゃパンケーキ 牛乳	ホットケーキミックス・かぼちゃペースト 豆乳・砂糖 牛乳
22	金	星っこ お茶	サバの味噌焼 小松菜のお浸し ごはん すまし汁 フルーツ(黄桃缶)	さば・白みそ	小松菜・もやし・人参 ほうれん草・玉ねぎ・わかめ 黄桃(缶詰)	砂糖・油 米(国産)	本みりん・料理酒 醤油・だし だし・醤油・塩	さつま芋味噌蒸しパン お茶	ホットケーキミックス・さつま芋・豆乳 みそ・砂糖・本みりん 麦茶
25	月	白い魚船ミルククリーム お茶	カレーうどん 肉団子の照り煮 白菜の塩昆布和え みかん	豚肉・油揚げ チキンボール	玉ねぎ・人参・しめじ・だし昆布 しょうが 白菜・きゅうり・人参・塩昆布 みかん	うどん・砂糖 砂糖・でん粉 調合ごま油	だし・醤油・カレーフレーク 醤油・本みりん	ツナマヨおにぎり お茶	米(国産)・ツナフレーク マヨネーズタイプ(卵不使用)・焼きのり 麦茶
26	火	ソフトサラダ お茶	ハンバーガー コールスローサラダ フライドポテト スープ	ハンバーグ・チーズ	キャベツ・きゅうり・人参・コーン 小松菜・大根・人参	バーガーパン(ハンズ) 油・砂糖 ポテトフライ・油	トマトケチャップ 醤油・酢 塩 コンソメ・塩	クッキー 牛乳	ホットケーキミックス・砂糖 油 牛乳
27	水	かぼちゃポーロ お茶	鶏肉の甘辛焼 ほうれん草の磯辺和え 麦入りごはん 味噌汁 フルーツ(オレンジ)	鶏肉 油揚げ・赤みそ・白みそ	ほうれん草・人参・のり 玉ねぎ オレンジ	砂糖・油 砂糖 米(国産)・押麦 さつま芋	醤油・料理酒 醤油 だし	きなごマカロニ 牛乳	マカロニ・きな粉・砂糖 塩・黒砂糖・でん粉 牛乳
28	木	ぼたぼた焼 お茶	回鍋肉 もやしのナムル 肉しゅうまい ごはん 中華スープ	豚肉・赤みそ 肉しゅうまい	玉ねぎ・人参・キャベツ・ピーマン・しょうが もやし・きゅうり・人参 玉ねぎ・コーン・わかめ	油・砂糖・でん粉 白ごま・砂糖・調合ごま油 米(国産)	醤油・本みりん 醤油・塩 醤油 中華だし・醤油・塩	ぶどうゼリー 牛乳	いちごゼリーの素 牛乳
29	金	豆花クッキー お茶	ミートソーススパゲティ コーンサラダ スープ フルーツ(バナナ)	豚ひき肉	玉ねぎ・人参・トマトピューレ・ドライパセリ コーン・人参・キャベツ コーン・白菜・大根 バナナ	スパゲティ・オリーブ油・油・小麦粉・砂糖 砂糖・オリーブ油	トマトケチャップ・ウスターソース・塩 酢・塩・醤油 コンソメ・塩	きなご蒸しパン 牛乳	ホットケーキミックス・おろしバナナ きな粉・豆乳 牛乳
30	土	ソフトサラダ お茶	豚丼 味噌汁 フルーツ(パイン缶)	豚肉 赤みそ・白みそ	人参・玉ねぎ ほうれん草・大根 パイン(缶詰)	米(国産)・砂糖・でん粉	だし・醤油・本みりん・料理酒 だし		

栄養価の平均 (3歳以上) エネルギー516kcal たんぱく質18.8g 脂質13.8g カルシウム176mg 食塩相当量1.9g
(3歳未満) エネルギー436kcal たんぱく質15.2g 脂質11.7g カルシウム147mg 食塩相当量1.6g

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。



2024年11月給食だより (完了期)



SuruSu祝昌こども園

日付	曜日	おやつ(午前)	昼食	主な材料と体内での働き				おやつ(午後)	
				主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	材料
1	金	ハイハイン お茶	五目うどん もやしのおかか和え フルーツ (オレンジ)	鶏肉・油揚げ かつお節	人参・小松菜・大根・だし昆布 もやし・きゅうり・人参 オレンジ	うどん	だし・醤油・本みりん 醤油・本みりん・だし	わかめおにぎり お茶	米(国産) わかめご飯の素 麦茶
2	土	かぼちゃポーロ お茶	中華丼 中華スープ フルーツ (黄桃缶)	豚肉	白菜・玉ねぎ・人参・さやえんどう 小松菜・えのきたけ 黄桃(缶詰)	米(国産)・調合ごま油・でん粉	鶏がらスープ・醤油・塩 鶏がらスープ		
5	火	ベビースティック お茶	白身魚の塩焼 もやしの磯和え ごはん 味噌汁 フルーツ (みかん缶)	たら 油揚げ・赤みそ・白みそ	もやし・ほうれん草・人参・のり わかめ・玉ねぎ みかん(缶詰)	油 砂糖 米(国産)	塩 だし・醤油 だし	ぶどうゼリー 牛乳	ぶどうゼリーの素 牛乳
6	水	野菜ハイハイン お茶	ケチャップライス 肉団子のケチャップ煮 花野菜サラダ スープ フルーツ (バナナ)	チキンボール	コーン・玉ねぎ カリフラワー・ブロッコリー・コーン 白菜・人参・えのき バナナ	米(国産)・油 砂糖 砂糖・オリーブ油	コンソメ・塩・トマトケチャップ トマトケチャップ・醤油・中濃ソース 酢・塩・醤油 コンソメ・塩	お誕生ケーキ(バイ)	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖・豆乳 油・レモン果汁・バイン (缶詰) 麦茶
7	木	かぼちゃポーロ お茶	鶏肉の塩こうじ焼 切干大根サラダ 高野豆腐の煮物 ごはん 味噌汁	鶏肉 ツナフレーク 凍り豆腐・鶏肉 赤みそ・白みそ	切干大根・きゅうり・人参 人参・さやいんげん 白菜・小松菜・玉ねぎ	砂糖 砂糖 米(国産)	塩こうじ 醤油・酢・本みりん だし・醤油・料理酒 だし	かぼちゃ蒸しパン 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 豆乳・かぼちゃ 牛乳
8	金	野菜ハイハイン お茶	あんかけスパゲティ チキンサラダ スープ フルーツ (黄桃缶)	ウインナー チキンフレーク	玉ねぎ・ピーマン・コーン・マッシュルーム・トマトピューレ キャベツ・きゅうり・コーン 人参・ほうれん草・しめじ 黄桃(缶詰)	スパゲティ・オリーブ油・油・でん粉 キャベツ・きゅうり・コーン 人参・ほうれん草(卵不使用)	塩・コンソメ・デミグラスソース・トマトケチャップ コンソメ・塩	ジャムサンド 牛乳	食パン ブルーベリージャム 牛乳
9	土	豆花クッキー お茶	スタミナ焼肉丼 中華スープ フルーツ (みかん缶)	豚肉	玉ねぎ・キャベツ・人参・ピーマン 小松菜・えのきたけ みかん(缶詰)	米(国産)・油・砂糖・白ごま・調合ごま油	醤油・本みりん・料理酒 鶏がらスープ		
11	月	ハイハイン お茶	カレーライス ブロッコリーサラダ スープ フルーツ (バナナ)	豚肉	玉ねぎ・人参 ブロッコリー・コーン・人参 ほうれん草・もやし バナナ	米(国産)・じゃが芋・油・砂糖 砂糖・オリーブ油	カレーフレーク・トマトケチャップ・中濃ソース 酢・塩 コンソメ・塩	マッシュルームクラッカー 牛乳	クラッカー・マッシュマロ 牛乳
12	火	かぼちゃポーロ お茶	焼きコロッケ 白菜の和え物 ごはん すまし汁 フルーツ (オレンジ)	豆腐	白菜・人参・きゅうり ほうれん草・玉ねぎ オレンジ	牛肉コロッケ・油 米(国産)	中濃ソース 醤油・本みりん だし・醤油・塩	チーズ蒸しパン 牛乳	ホットケーキミックス・豆乳 チーズ 牛乳
13	水	ベビースティック お茶	きつねうどん 小松菜のお浸し フルーツ (みかん缶)	油揚げ	ほうれん草・だし昆布 小松菜・もやし・人参 みかん(缶詰)	うどん・砂糖	だし・醤油・本みりん・塩 醤油・だし	青菜おにぎり お茶	米(国産) 菜めしの素 麦茶
14	木	野菜ハイハイン お茶	豆腐ハンバーグ パプリカサラダ 焼かぼちゃ ごはん 味噌汁	豆腐野菜ハンバーグ 豆腐・赤みそ・白みそ	キャベツ・赤パプリカ・黄パプリカ・きゅうり かぼちゃ	油・砂糖・でん粉 油・砂糖 油 米(国産)	醤油・本みりん・料理酒 醤油・酢 塩 だし	オレンジゼリー 牛乳	オレンジゼリーの素 牛乳
15	金	豆花クッキー お茶	きのこスパゲティ キャベツサラダ スープ フルーツ (パイン缶)		玉ねぎ・しめじ・しいたけ・えのきたけ・のり キャベツ・きゅうり・赤パプリカ 人参・玉ねぎ・小松菜 パイン (缶詰)	スパゲティ・油・バター マヨネーズタイプ(卵不使用)	コンソメ・塩・醤油 コンソメ	スイートポテト 牛乳	さつま芋・バター 砂糖 牛乳
16	土	かぼちゃポーロ お茶	焼きそば スープ フルーツ (黄桃缶)	豚肉・かつお節	人参・キャベツ・もやし・あおさのり 人参・チンゲン菜 黄桃(缶詰)	焼きそば用麺・油	焼きそばソース(粉)・中濃ソース 鶏がらスープ		
18	月	野菜ハイハイン お茶	サーモンの塩焼 ほうれん草の納豆和え ごはん 味噌汁 フルーツ (パイン缶)	ピンクサーモン 納豆 赤みそ・白みそ	ほうれん草・人参 わかめ・玉ねぎ・人参 パイン (缶詰)	米(国産)	塩 醤油 だし	りんご蒸しパン 牛乳	ホットケーキミックス りんごジュース 牛乳
19	火	ハイハイン お茶	麻婆ラーメン 拌三絲 フルーツ (オレンジ)	豚ひき肉・みそ・豆腐 ハム	にんにく・しょうが・人参・白ねぎ きゅうり・コーン オレンジ	ラーメン・油・砂糖・でん粉・調合ごま油 緑豆春雨・調合ごま油・砂糖	鶏がらスープ・醤油・オイスターソース・塩 酢・醤油	おかかおにぎり お茶	米(国産)・かつお節 醤油 麦茶
20	水	かぼちゃポーロ お茶	白身魚の中華餡 ほうれん草のごま和え ごはん 中華スープ フルーツ (黄桃缶)	たら	白菜・玉ねぎ・人参 ほうれん草・キャベツ 大根・チンゲン菜・えのきたけ 黄桃(缶詰)	でん粉・油・調合ごま油 白ごま 米(国産)	塩・鶏がらスープ・醤油 醤油・本みりん・だし 中華だし・醤油・塩	バインゼリー 牛乳	バインゼリーの素 牛乳
21	木	ベビースティック お茶	豚肉の生妻焼 ポテトサラダ ごはん 味噌汁 フルーツ (バナナ)	豚肉 豆腐・赤みそ・白みそ	しょうが・玉ねぎ 人参・きゅうり・コーン わかめ・玉ねぎ バナナ	小麦粉・油・砂糖 じゃが芋・マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)	塩・ごしょう・醤油・料理酒 塩 だし	かぼちゃパンケーキ 牛乳	ホットケーキミックス・かぼちゃペースト 豆乳・砂糖 牛乳
22	金	野菜ハイハイン お茶	タラの味噌焼 小松菜のお浸し ごはん すまし汁 フルーツ (黄桃缶)	たら・白みそ	小松菜・もやし・人参 ほうれん草・玉ねぎ・わかめ 黄桃(缶詰)	砂糖・油 米(国産)	本みりん・料理酒 醤油・だし だし・醤油・塩	クッキー 牛乳	ホットケーキミックス・砂糖 油 牛乳
25	月	かぼちゃポーロ お茶	カレーうどん 肉団子の照り煮 白菜の和え物 みかん	豚肉・油揚げ チキンボール	玉ねぎ・人参・しめじ・だし昆布 しょうが 白菜・きゅうり・人参 みかん	うどん・砂糖 砂糖・でん粉 調合ごま油	だし・醤油・カレーフレーク 醤油・本みりん 醤油・本みりん	ツナマヨおにぎり お茶	米(国産)・ツナフレーク マヨネーズタイプ(卵不使用)・焼きのり 麦茶
26	火	ハイハイン お茶	ハンバーガー コールスローサラダ 焼ポテト スープ	ハンバーグ・チーズ	キャベツ・きゅうり・人参・コーン 小松菜・大根・人参	バーガーパン(ハンズ) 油・砂糖 ポテトフライ・油	トマトケチャップ 醤油・酢 塩 コンソメ・塩	さつま芋味噌蒸しパン お茶	ホットケーキミックス・さつま芋・豆乳 みそ・砂糖・本みりん 麦茶
27	水	かぼちゃポーロ お茶	鶏肉の甘辛焼 ほうれん草の磯辺和え ごはん 味噌汁 フルーツ (オレンジ)	鶏肉 油揚げ・赤みそ・白みそ	ほうれん草・人参・のり 玉ねぎ オレンジ	砂糖・油 砂糖 米(国産) さつま芋	醤油・料理酒 醤油 だし	きなごマカロニ 牛乳	マカロニ・きな粉・砂糖 塩・黒砂糖・でん粉 牛乳
28	木	ベビースティック お茶	回鍋肉 もやしのナムル 肉しゅうまい ごはん 中華スープ	豚肉・赤みそ 肉しゅうまい	玉ねぎ・人参・キャベツ・ピーマン・しょうが もやし・きゅうり・人参 玉ねぎ・コーン・わかめ	油・砂糖・でん粉 白ごま・砂糖・調合ごま油 米(国産)	醤油・本みりん 醤油・塩 醤油 中華だし・醤油・塩	ぶどうゼリー 牛乳	いちごゼリーの素 牛乳
29	金	豆花クッキー お茶	ミートソーススパゲティ コーンサラダ スープ フルーツ (バナナ)	豚ひき肉	玉ねぎ・人参・トマトピューレ・ドライパセリ コーン・人参・キャベツ コーン・白菜・大根 バナナ	スパゲティ・オリーブ油・油・小麦粉・砂糖 砂糖・オリーブ油	トマトケチャップ・ウスターソース・塩 酢・塩・醤油 コンソメ・塩	きなご蒸しパン 牛乳	ホットケーキミックス・おろしバナナ きな粉・豆乳 牛乳
30	土	かぼちゃポーロ お茶	豚丼 味噌汁 フルーツ (パイン缶)	豚肉 赤みそ・白みそ	人参・玉ねぎ ほうれん草・大根 パイン (缶詰)	米(国産)・砂糖・でん粉	だし・醤油・本みりん・料理酒 だし		

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。



2024年11月給食だより（離乳後期）



SuruSu祝昌こども園

日付	曜日	おやつ(午前)	昼食	主な材料と体内での働き				おやつ(午後)	
				主にかからだをつくるもの	主にかからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	材料
1	金	ハイハイン お茶	煮込みうどん 大根の旨煮 きゅうりのお浸し	鶏ひき肉(ささみ)	白菜・玉ねぎ・人参・だし昆布 大根・だし昆布 きゅうり・人参・だし昆布	うどん	醤油 醤油 醤油	おかかおじや お茶	米(国産)・かつお節 玉ねぎ・醤油 麦茶
2	土	かぼちゃポーロ お茶	鶏塩おじや 小松菜のお浸し 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 豆腐・赤みそ・白みそ	キャベツ・玉ねぎ・人参・だし昆布 小松菜・人参 大根・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油		
5	火	ベビースティック お茶	白身魚の煮付 小松菜のお浸し 5倍がゆ 味噌汁	たら 豆腐・赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 小松菜・人参・だし昆布 玉ねぎ・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油 醤油	青のりおじや お茶	米(国産)・あおさのり 玉ねぎ・醤油 麦茶
6	水	野菜ハイハイン お茶	白身魚の煮付 ブロッコリーのお浸し 5倍がゆ 味噌汁	たら 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 ブロッコリー・人参・だし昆布 ほうれん草・人参・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油 醤油	パンがゆ お茶	パン粉 スキムミルク 麦茶
7	木	かぼちゃポーロ お茶	鶏肉と野菜の煮物 胡瓜と人参の煮浸し 5倍がゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・チンゲン菜・だし昆布 きゅうり・人参・だし昆布 白菜・玉ねぎ・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油 醤油 塩	トマトおじや お茶	米(国産)・玉ねぎ・トマト だし昆布・醤油 麦茶
8	金	野菜ハイハイン お茶	鶏野菜うどん じゃが芋の煮物 キャベツのお浸し	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・だし昆布 だし昆布 キャベツ・人参・だし昆布	うどん・でん粉 じゃが芋	醤油 醤油 醤油	じゃが芋のパンがゆ お茶	パン粉・じゃが芋 スキムミルク 麦茶
9	土	ベビースティック お茶	鶏塩おじや 豆腐の磯煮 スープ	鶏ひき肉(ささみ) 豆腐	キャベツ・玉ねぎ・人参・だし昆布 だし昆布・あおさのり 玉ねぎ・人参・だし昆布	米(国産) でん粉	醤油 醤油 塩		
11	月	ハイハイン お茶	鶏塩おじや ブロッコリーのお浸し 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	小松菜・玉ねぎ・人参・だし昆布 ブロッコリー・人参 玉ねぎ・だし昆布	米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	パンがゆ お茶	パン粉 スキムミルク 麦茶
12	火	かぼちゃポーロ お茶	鶏肉と野菜の煮物 白菜のお浸し 5倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・ブロッコリー・だし昆布 白菜・人参・だし昆布 玉ねぎ・人参・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油 醤油	ツナおじや お茶	米(国産)・人参・ツナフレーク 玉ねぎ・醤油 麦茶
13	水	ベビースティック お茶	鶏野菜うどん 小松菜の煮浸し 蒸しさつま芋	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・だし昆布 小松菜・玉ねぎ・だし昆布	うどん・でん粉 さつま芋	醤油 醤油	野菜のパンがゆ お茶	食パン・人参 玉ねぎ・スキムミルク 麦茶
14	木	野菜ハイハイン お茶	鶏肉と野菜の煮物 キャベツの和え物 5倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・小松菜・だし昆布 キャベツ・人参・だし昆布 なす・玉ねぎ・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油 醤油	おかかおじや お茶	米(国産)・かつお節 玉ねぎ・醤油 麦茶
15	金	ハイハイン お茶	鶏野菜うどん 大根の旨煮 キャベツのお浸し	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・だし昆布 大根・だし昆布 キャベツ・人参・だし昆布	うどん・でん粉	醤油 醤油 醤油	蒸しさつま芋 かぼちゃポーロ お茶	さつま芋 かぼちゃポーロ 麦茶
16	土	かぼちゃポーロ お茶	鶏野菜うどん 蒸しさつま芋 ほうれん草のお浸し	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・キャベツ・だし昆布 ほうれん草・人参・だし昆布	うどん・でん粉 さつま芋	醤油 醤油		
18	月	野菜ハイハイン お茶	白身魚の煮付 人参の納豆和え 5倍がゆ 味噌汁	たら 納豆 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・だし昆布 人参・だし昆布 ほうれん草・だし昆布	米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	青のりおじや お茶	米(国産)・あおさのり 玉ねぎ・醤油 麦茶
19	火	ハイハイン お茶	煮込みうどん 蒸しさつま芋 キャベツときゅうりの和え物	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・だし昆布 大根・だし昆布 キャベツ・きゅうり	うどん さつま芋	醤油 醤油	じゃが芋のパンがゆ お茶	パン粉・じゃが芋 スキムミルク 麦茶
20	水	かぼちゃポーロ お茶	白身魚の煮付 ほうれん草のお浸し 5倍がゆ スープ	たら	玉ねぎ・だし昆布 ほうれん草・人参・だし昆布 キャベツ・玉ねぎ・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油 醤油 塩	トマトおじや お茶	米(国産)・玉ねぎ・トマト だし昆布・醤油 麦茶
21	木	ベビースティック お茶	鶏肉と野菜の煮物 じゃが芋の旨煮 5倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・小松菜・だし昆布 人参・だし昆布 キャベツ・玉ねぎ・だし昆布	でん粉 じゃが芋 米(国産)	醤油 醤油	蒸しかぼちゃ ベビースティック お茶	かぼちゃ カルシウム入りベビースティック 麦茶
22	金	野菜ハイハイン お茶	白身魚の煮付 ほうれん草のお浸し 5倍がゆ スープ	たら	玉ねぎ・だし昆布 ほうれん草・人参・だし昆布 キャベツ・玉ねぎ・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油 醤油 塩	蒸しさつま芋 野菜ハイハイン お茶	さつま芋 野菜ハイハイン 麦茶
25	月	かぼちゃポーロ お茶	鶏野菜うどん 胡瓜と人参の煮浸し 白菜の煮物	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・キャベツ・だし昆布 きゅうり・人参・だし昆布 白菜・人参・だし昆布	うどん・でん粉	醤油 醤油 醤油	ツナおじや お茶	米(国産)・人参・ツナフレーク 玉ねぎ・醤油 麦茶
26	火	ハイハイン お茶	鶏塩おじや じゃが芋の旨煮 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	キャベツ・玉ねぎ・人参・だし昆布 だし昆布 人参・玉ねぎ・だし昆布	米(国産) じゃが芋	醤油 醤油	パンがゆ お茶	パン粉 スキムミルク 麦茶
27	水	かぼちゃポーロ お茶	鶏肉と白菜の煮物 大根の旨煮 5倍がゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ)	白菜・玉ねぎ・だし昆布 大根・人参・だし昆布 玉ねぎ・人参・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油 塩	人参のパンがゆ お茶	パン粉・人参 スキムミルク 麦茶
28	木	ベビースティック お茶	鶏肉と野菜の煮物 ほうれん草のお浸し 5倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・だし昆布 ほうれん草・人参・だし昆布 玉ねぎ・だし昆布	でん粉 米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	おかかおじや お茶	米(国産)・かつお節 玉ねぎ・醤油 麦茶
29	金	野菜ハイハイン お茶	鶏そぼろうどん きゅうりのお浸し 大根の旨煮	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・だし昆布 きゅうり・人参・だし昆布 大根・だし昆布	うどん・でん粉	醤油 醤油 醤油	スティックバナナ かぼちゃポーロ お茶	バナナ かぼちゃポーロ 麦茶
30	土	かぼちゃポーロ お茶	鶏塩おじや キャベツの煮物 スープ	鶏ひき肉(ささみ) 豆腐	玉ねぎ・人参・だし昆布 キャベツ・人参・だし昆布 玉ねぎ・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油 塩		

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。



2024年11月給食だより（離乳中期）



SuruSu祝昌こども園

日付	曜日	おやつ(午前)	昼食	主な材料と体内での働き				おやつ(午後)	
				主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	材料
1	金	ハイハイン お茶	煮込みうどん 大根の旨煮 きゅうりのお浸し	鶏ひき肉(ささみ)	白菜・玉ねぎ・人参・だし昆布 大根・だし昆布 きゅうり・人参・だし昆布	うどん	醤油 醤油 醤油	おかかおじや お茶	米(国産)・かつお節 玉ねぎ・醤油 麦茶
2	土	かぼちゃポーロ お茶	鶏塩おじや 小松菜のお浸し 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 豆腐・赤みそ・白みそ	キャベツ・玉ねぎ・人参・だし昆布 小松菜・人参 大根・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油		
5	火	ベビースティック お茶	白身魚の煮付 小松菜のお浸し 7倍がゆ 味噌汁	たら 豆腐・赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 小松菜・人参・だし昆布 玉ねぎ・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油 醤油	青のりおじや お茶	米(国産)・あおさのり 玉ねぎ・醤油 麦茶
6	水	野菜ハイハイン お茶	白身魚の煮付 ブロッコリーのお浸し 7倍がゆ 味噌汁	たら 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 ブロッコリー・人参・だし昆布 ほうれん草・人参・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油 醤油	パンがゆ お茶	パン粉 スキムミルク 麦茶
7	木	かぼちゃポーロ お茶	鶏肉と野菜の煮物 胡瓜と人参の煮浸し 7倍がゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・チンゲン菜・だし昆布 きゅうり・人参・だし昆布 白菜・玉ねぎ・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油 醤油 塩	トマトおじや お茶	米(国産)・玉ねぎ・トマト だし昆布・醤油 麦茶
8	金	野菜ハイハイン お茶	鶏野菜うどん じゃが芋の煮物 キャベツのお浸し	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・だし昆布 だし昆布 キャベツ・人参・だし昆布	うどん・でん粉 じゃが芋	醤油 醤油 醤油	じゃが芋のパンがゆ お茶	パン粉・じゃが芋 スキムミルク 麦茶
9	土	ベビースティック お茶	鶏塩おじや 豆腐の磯煮 スープ	鶏ひき肉(ささみ) 豆腐	キャベツ・玉ねぎ・人参・だし昆布 だし昆布・あおさのり 玉ねぎ・人参・だし昆布	米(国産) でん粉	醤油 醤油 塩		
11	月	ハイハイン お茶	鶏塩おじや ブロッコリーのお浸し 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	小松菜・玉ねぎ・人参・だし昆布 ブロッコリー・人参 玉ねぎ・だし昆布	米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	パンがゆ お茶	パン粉 スキムミルク 麦茶
12	火	かぼちゃポーロ お茶	鶏肉と野菜の煮物 白菜のお浸し 7倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・ブロッコリー・だし昆布 白菜・人参・だし昆布 玉ねぎ・人参・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油 醤油	ツナおじや お茶	米(国産)・人参・ツナフレーク 玉ねぎ・醤油 麦茶
13	水	ベビースティック お茶	鶏野菜うどん 小松菜の煮浸し 蒸しさつま芋	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・だし昆布 小松菜・玉ねぎ・だし昆布	うどん・でん粉 さつま芋	醤油 醤油	野菜のパンがゆ お茶	食パン・人参 玉ねぎ・スキムミルク 麦茶
14	木	野菜ハイハイン お茶	鶏肉と野菜の煮物 キャベツの和え物 7倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・小松菜・だし昆布 キャベツ・人参・だし昆布 なす・玉ねぎ・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油 醤油	おかかおじや お茶	米(国産)・かつお節 玉ねぎ・醤油 麦茶
15	金	ハイハイン お茶	鶏野菜うどん 大根の旨煮 キャベツのお浸し	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・だし昆布 大根・だし昆布 キャベツ・人参・だし昆布	うどん・でん粉	醤油 醤油 醤油	蒸しさつま芋 かぼちゃポーロ お茶	さつま芋 かぼちゃポーロ 麦茶
16	土	かぼちゃポーロ お茶	鶏野菜うどん 蒸しさつま芋 ほうれん草のお浸し	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・キャベツ・だし昆布 ほうれん草・人参・だし昆布	うどん・でん粉 さつま芋	醤油 醤油		
18	月	野菜ハイハイン お茶	白身魚の煮付 人参の納豆和え 7倍がゆ 味噌汁	たら 納豆 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・だし昆布 人参・だし昆布 ほうれん草・だし昆布	米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	青のりおじや お茶	米(国産)・あおさのり 玉ねぎ・醤油 麦茶
19	火	ハイハイン お茶	煮込みうどん 蒸しさつま芋 キャベツときゅうりの和え物	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・だし昆布 キャベツ・きゅうり	うどん さつま芋	醤油 醤油	じゃが芋のパンがゆ お茶	パン粉・じゃが芋 スキムミルク 麦茶
20	水	かぼちゃポーロ お茶	白身魚の煮付 ほうれん草のお浸し 7倍がゆ スープ	たら	玉ねぎ・だし昆布 ほうれん草・人参・だし昆布 キャベツ・玉ねぎ・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油 醤油 塩	トマトおじや お茶	米(国産)・玉ねぎ・トマト だし昆布・醤油 麦茶
21	木	ベビースティック お茶	鶏肉と野菜の煮物 じゃが芋の旨煮 7倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・小松菜・だし昆布 人参・だし昆布 キャベツ・玉ねぎ・だし昆布	でん粉 じゃが芋 米(国産)	醤油 醤油	蒸しかぼちゃ ベビースティック お茶	かぼちゃ カルシウム入りベビースティック 麦茶
22	金	野菜ハイハイン お茶	白身魚の煮付 ほうれん草のお浸し 7倍がゆ スープ	たら	玉ねぎ・だし昆布 ほうれん草・人参・だし昆布 キャベツ・玉ねぎ・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油 醤油 塩	蒸しさつま芋 野菜ハイハイン お茶	さつま芋 野菜ハイハイン 麦茶
25	月	かぼちゃポーロ お茶	鶏野菜うどん 胡瓜と人参の煮浸し 白菜の煮物	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・キャベツ・だし昆布 きゅうり・人参・だし昆布 白菜・人参・だし昆布	うどん・でん粉	醤油 醤油 醤油	ツナおじや お茶	米(国産)・人参・ツナフレーク 玉ねぎ・醤油 麦茶
26	火	ハイハイン お茶	鶏塩おじや じゃが芋の旨煮 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	キャベツ・玉ねぎ・人参・だし昆布 だし昆布 人参・玉ねぎ・だし昆布	米(国産) じゃが芋	醤油 醤油	パンがゆ お茶	パン粉 スキムミルク 麦茶
27	水	かぼちゃポーロ お茶	鶏肉と白菜の煮物 大根の旨煮 7倍がゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ)	白菜・玉ねぎ・だし昆布 大根・人参・だし昆布 玉ねぎ・人参・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油 塩	人参のパンがゆ お茶	パン粉・人参 スキムミルク 麦茶
28	木	ベビースティック お茶	鶏肉と野菜の煮物 ほうれん草のお浸し 7倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・だし昆布 ほうれん草・人参・だし昆布 玉ねぎ・だし昆布	でん粉 米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	おかかおじや お茶	米(国産)・かつお節 玉ねぎ・醤油 麦茶
29	金	野菜ハイハイン お茶	鶏そぼろうどん きゅうりのお浸し 大根の旨煮	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・だし昆布 きゅうり・人参・だし昆布 大根・だし昆布	うどん・でん粉	醤油 醤油 醤油	スティックバナナ かぼちゃポーロ お茶	バナナ かぼちゃポーロ 麦茶
30	土	かぼちゃポーロ お茶	鶏塩おじや キャベツの煮物 スープ	鶏ひき肉(ささみ) 豆腐	玉ねぎ・人参・だし昆布 キャベツ・人参・だし昆布 玉ねぎ・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油 塩		

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。

日付	曜日	昼食	主な材料と体内での働き			
			主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他
1	金	10倍がゆ 小松菜のペースト 大根のペースト スープ		小松菜 大根 だし昆布	米(国産)	
2	土	10倍がゆ 小松菜のペースト 人参のペースト スープ		小松菜 人参 だし昆布	米(国産)	
5	火	10倍がゆ スープ 人参のペースト 玉ねぎのペースト		だし昆布 人参 玉ねぎ	米(国産)	
6	水	10倍がゆ スープ ブロッコリーのペースト 玉ねぎのペースト		だし昆布 ブロッコリー 玉ねぎ	米(国産)	
7	木	10倍がゆ スープ 人参のペースト かぼちゃのペースト		だし昆布 人参 かぼちゃ	米(国産)	
8	金	10倍がゆ スープ じゃが芋のペースト キャベツのペースト		だし昆布 キャベツ	米(国産) じゃが芋	
9	土	10倍がゆ スープ 人参のペースト 豆腐のペースト	豆腐	だし昆布 人参	米(国産)	
11	月	10倍がゆ スープ 人参のペースト ブロッコリーのペースト		だし昆布 人参 ブロッコリー	米(国産)	
12	火	10倍がゆ スープ 人参のペースト 白菜のペースト		だし昆布 人参 白菜	米(国産)	
13	水	10倍がゆ スープ 小松菜のペースト さつまい芋のペースト		だし昆布 小松菜	米(国産) さつまい芋	
14	木	10倍がゆ スープ 人参のペースト キャベツのペースト		だし昆布 人参 キャベツ	米(国産)	
15	金	10倍がゆ スープ さつまい芋のペースト 大根のペースト		だし昆布 大根	米(国産) さつまい芋	
16	土	10倍がゆ スープ 人参のペースト ほうれん草のペースト		だし昆布 人参 ほうれん草	米(国産)	
18	月	10倍がゆ スープ 人参のペースト 玉ねぎのペースト		だし昆布 人参 玉ねぎ	米(国産)	
19	火	10倍がゆ スープ さつまい芋のペースト キャベツのペースト		だし昆布 キャベツ	米(国産) さつまい芋	
20	水	10倍がゆ スープ 人参のペースト ほうれん草のペースト		だし昆布 人参 ほうれん草	米(国産)	
21	木	10倍がゆ スープ かぼちゃのペースト じゃが芋のペースト		だし昆布 かぼちゃ	米(国産) じゃが芋	
22	金	10倍がゆ スープ 玉ねぎのペースト さつまい芋のペースト		だし昆布 玉ねぎ	米(国産) さつまい芋	
25	月	10倍がゆ スープ 人参のペースト ほうれん草のペースト		だし昆布 人参 ほうれん草	米(国産)	
26	火	10倍がゆ スープ 人参のペースト じゃが芋のペースト		だし昆布 人参	米(国産) じゃが芋	
27	水	10倍がゆ スープ 大根のペースト 白菜のペースト		だし昆布 大根 白菜	米(国産)	
28	木	10倍がゆ スープ 人参のペースト キャベツのペースト		だし昆布 人参 キャベツ	米(国産)	
29	金	10倍がゆ スープ 玉ねぎのペースト 大根のペースト		だし昆布 玉ねぎ 大根	米(国産)	
30	土	10倍がゆ スープ 人参のペースト 豆腐のペースト	豆腐	だし昆布 人参	米(国産)	

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。