



令和8年11月献立表(未満児)



日 曜	時間帯	献立	材 料 名			栄養価
			黄 熱と力になるもの	赤 血や肉や骨になるもの	緑 体の調子を整えるもの	
2 月	19 木	昼食 ふりかけご飯 味噌汁 赤魚の煮つけ ほうれん草の胡麻和え みかん缶	米	赤魚 ツナ	かぼちゃ あさつき ほうれんそう にんじん みかん缶	エネルギー416KCal たんぱく質15.2g 脂 質 9.8g カルシウム149g 食塩相当量 1.3g
	午後おやつ	牛乳 たまごボーロ	たまごボーロ	牛乳		
4 水	16 月	昼食 ご飯 味噌汁 チーズハンバーグ ブロッコリーサラダ フルーツカクテル缶	米 じゃがいも	たまご ハンバーグ チーズ ベーコン	ブロッコリー 人参 コーン フルーツカクテル缶	エネルギー472KCal たんぱく質17.0g 脂 質 13.4g カルシウム 110mg 食塩相当量 2.3g
	午後おやつ	麦茶 やわらかおかき	やわらかおかき			
5 木	17 火	昼食 豚丼 味噌汁 白菜とハムのサラダ バナナ	米	豚肉 あぶらあげ ハム	ねぎ たまねぎ なめこ 白菜 人参 コーン バナナ	エネルギー537KCal たんぱく質 18.9g 脂 質 16.7g カルシウム170g 食塩相当量 1.3g
	午後おやつ	牛乳 クリームコンフェ	クリームコンフェ	牛乳		
6 金	18 水	昼食 そばろパン コンソメスープ 鶏肉の照り焼き コールスローサラダ リンゴ缶	パン	鶏肉 ベーコン	大根 人参 キャベツ 人参 リンゴ缶	エネルギー 320KCal たんぱく質 12.7g 脂 質13.9g カルシウム122mg 食塩相当量 1.3g
	午後おやつ	牛乳 カスタードワッフル	カスタードワッフル	牛乳		
9 月	20 金	昼食 ご飯 中華スープ 春巻き きゅうりとささみの中華サラダ 黄桃缶	米	春巻き ささ身	えのき わかめ きゅうり 黄桃缶	エネルギー 413KCal たんぱく質 16.0g 脂 質 9.3g カルシウム 135mg 食塩相当量 1.5g
	午後おやつ	牛乳 丸ぼうろ	丸ぼうろ	牛乳		
10 火	26 木	昼食 ご飯 すまし汁 鶏肉の胡麻みそ焼き 人参しりしり パイン缶	米	鶏肉 たまご つな	かぶ コーン 人参 パイン缶	エネルギー349KCal たんぱく質 15.5g 脂 質 10.0g カルシウム 182mg 食塩相当量 1.3g
	午後おやつ	牛乳 バニラババロア	バニラババロア	牛乳		
11 水	27 金	昼食 焼きそば すまし汁 小松菜の和え物 メロンムース	焼きそば麺 麩	豚肉 豆腐 ツナ	キャベツ 人参 たまねぎ 小松菜 人参 メロンムース	エネルギー 433KCal たんぱく質 17.9g 脂 質 12.2g カルシウム 155mg 食塩相当量 2.1g
	午後おやつ	麦茶 たこ焼き	たこ焼き			
12 木	24 火	昼食 ふりかけご飯 味噌汁 鮭の塩焼き ひじきの煮物 白桃缶	米	鮭 油揚げ	ふりかけ ねぎ 白菜 ひじき にんじん 白桃缶	エネルギー309KCal たんぱく質 14.4g 脂 質 6.3g カルシウム 185mg 食塩相当量 1.0g
	午後おやつ	牛乳 たまごパン	たまごパン	牛乳		
13 金	30 月	昼食 ドライカレーライス ナゲット 大根サラダ オレンジ	米 天かす	豚肉 ナゲット	玉ねぎ 人参 ビーマン 大根 人参 きゅうり オレンジ	エネルギー461KCal たんぱく質 17.1g 脂 質 18.9g カルシウム 152mg 食塩相当量 1.5g
	午後おやつ	牛乳 プチクレープ	プチクレープ	牛乳		
25 木	★お誕生 日給食★	昼食 ご飯 味噌汁 ヒレカツ カリフラワーサラダ ブドウゼリー	米	ヒレカツ ベーコン	小松菜 ネギ カリフラワー ブロッコリー 人参 ブドウゼリー	エネルギー 536KCal たんぱく質14.0g 脂 質 16.8g カルシウム 93mg 食塩相当量 1.3g
	午後おやつ	ヤクルト ケーキ	ケーキ	ヤクルト		



※おやつ 3(火)たべっどうぶつ 7(土)アンパンマンせんべい

21(土)ベジたべる 23(月)サッポロポテト

※マヨネーズは、卵・乳不使用タイプになります。