

給食献立表

2023年11月

向こころ保育園

日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)		
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
1	水	ロールパン かじきフライ 青梗菜ソテー 野菜スープ(さつまいも・玉葱・人参)	牛乳 カルピスゼリー ミレービスケット	米、さつまいも、パン粉、油、小麦粉	牛乳、かじき、カルピス、卵、皮なしウインナー	青梗菜、玉葱、人参、コーン、かんでん(粉)
2	木	ハヤシライス ツナ和え(カリフラワー) 野菜スープ(ほうれん草・玉葱)	牛乳 キャベツとベーコンのスパゲティ グレープフルーツ	米、じゃがいも、スパゲティ、小麦粉、オリーブ油	牛乳、豚肉、ベーコン、ツナ、バター、粉チーズ、生クリーム	玉葱、カリフラワー、グレープフルーツ、人参、ほうれん草、キャベツ、マッシュルーム缶、いちごジャム、にんにく
17	金	さつまいもごはん 鯖の塩焼き うの花炒り 味噌汁(小松菜・玉葱)	牛乳 メープルケーキ グレープフルーツ	米、さつまいも、板こんにゃく、小麦粉、メープルシロップ、油、砂糖	牛乳、鯖、卵、おから、味噌	グレープフルーツ、玉葱、小松菜、長葱、人参、干ぶどう、干椎茸
4・18	土	御飯 麻婆豆腐 じゃが芋のコンソメ煮 すまし汁(大根・玉葱)	牛乳 木葉せんべい カルシウム&テツウエハース バナナ	米、じゃがいも、片栗粉、砂糖、ごま油	牛乳、豆腐、豚挽、味噌	バナナ、玉葱、大根、人参、茄子、長葱
6・20	月	御飯 鶏肉のアップルソース焼き 白菜の旨煮 味噌汁(南瓜・玉葱・人参)	牛乳 クッキー バナナ	米、小麦粉、砂糖、片栗粉	牛乳、鶏肉、さつまいも揚げ、味噌、卵、バター	バナナ、白菜、南瓜、りんご、人参、玉葱
7・21	火	カレーうどん さつまいもの甘煮 キャベツのナムル	牛乳 牛乳 鶏そぼろおにぎり 柿	さつまいも、干麺、米、片栗粉、小麦粉、砂糖、ごま油	牛乳、豚肉、鶏挽、焼きちくわ、バター、ごま	キャベツ、柿、玉葱、人参、長葱
8・22	水	御飯 鯖の松前煮 高野豆腐の煮物 味噌汁(青梗菜・長葱・人参)	牛乳 コーントースト りんご	米、食パン、マヨネーズ、砂糖	牛乳、鯖、凍り豆腐、味噌	りんご、人参、青梗菜、クリームコーン、長葱、えのきたけ、コーン、いんげん、パセリ
9	木	御飯 ナゲット ゆかり和え(もやし・ほうれん草) 味噌汁(里芋・玉葱)	牛乳 チーズ蒸しケーキ グレープフルーツ	米、里芋、小麦粉、片栗粉、砂糖、油	牛乳、豆腐、卵、鶏挽、鶏肉、クリームチーズ、味噌	グレープフルーツ、もやし、玉葱、ほうれん草、人参
10・24	金	ぶどうパン 鮭のクリームシチュー ミックスサラダ(ハム・小松菜) りんご	牛乳 焼きそば オレンジ	中華麺、ぶどうパン、じゃがいも、小麦粉、油、砂糖、ごま油	牛乳、鮭、豚肉、ハム、バター	小松菜、玉葱、りんご、人参、オレンジ、キャベツ、ピーマン
11・25	土	焼き肉丼 かぶの煮物 味噌汁(麩・絹豆腐・人参)	牛乳 カルシウムせんべい カルテツゴフレット バナナ	米、焼ふ、油、片栗粉、砂糖	牛乳、豚肉、豆腐、味噌	バナナ、かぶ、人参、ほうれん草、玉葱、かぶ・葉
13・27	月	ミートスパゲティ ポテトサラダ 若布スープ(若布・人参)	牛乳 ひじきおにぎり 柿	スパゲティ、じゃがいも、米、マヨネーズ、小麦粉、砂糖、油	牛乳、豚挽	人参、玉葱、柿、トマトピューレ、胡瓜、ピーマン、マッシュルーム缶、ひじき、若布
14・28	火	御飯 鶏の照り煮 南瓜のカレー炒め 味噌汁(もやし・万能葱)	牛乳 包み揚げ オレンジ	米、さつまいも、ぎょうざの皮、油、砂糖、ごま油	牛乳、鶏肉、味噌、チーズ、バター	南瓜、オレンジ、もやし、人参、蓮根、玉葱、万能葱、いんげん
15・29	水	御飯 ぶりの生姜焼き 里芋の煮物 味噌汁(豆腐・豆苗・人参)	牛乳 ミニのりすけ ふんわりさつまぼうろ バナナ	米、里芋、砂糖、片栗粉	牛乳、ぶり、豆腐、豚肉、味噌	バナナ、人参、トウモロコシ肉、味噌
16・30	木	ロールパン 肉団子スープ ブロッコリーサラダ ヨーグルト	牛乳 きつねおにぎり りんご	ロールパン、米、砂糖、油、片栗粉、砂糖	牛乳、ヨーグルト、豚挽、鶏挽、油揚げ、卵	りんご、ブロッコリー、玉葱、人参、キャベツ、しめじ、コーン
3～5歳児 1か月の平均栄養量 (おやつ含む)			エネルギー	580cal	鉄	2.9mg
			たんぱく質	23.8g	カルシウム	293mg
			脂質	18.9g	ビタミンC	40mg
			塩分	2.6g	食物繊維	5.5g

※材料の都合により献立が変更になることがあります。

2023年11月の給食（完了期食）

向こころ保育園

		午前食		午後食	
毎日つくもの		ミルク		ミルク	
日付	曜日	献立名	材料	献立名	材料
1	水	パンがゆ 食パン 煮魚 青梗菜ソテー 野菜スープ	ロールパン かじき、醤油、みりん、砂糖 青梗菜、人参、玉葱、油、塩、醤油 さつまい、玉葱、人参、塩、コンソメ	軟飯 にらの卵とじ ごま和え	米 卵、にら、人参、だし、砂糖、味噌 アスパラ、ごま、砂糖、醤油
2	木	軟飯 肉じゃが ツナ和え 野菜スープ	米 豚挽、人参、玉葱、じゃが芋、砂糖、醤油 カリフラワー、人参、ツナ、醤油 ほうれん草、玉葱、塩、コンソメ	煮込みうどん 冬瓜の味噌煮	うどん、鮭、玉葱、キャベツ、油、塩、コンソメ 冬瓜、だし、味噌、砂糖
17	金	さつまいがゆ 煮魚 うの花炒り 味噌汁	米、さつまい 鮭、塩 おから、長葱、人参、油、だし、砂糖、醤油、みりん 小松菜、玉葱、だし、味噌	メープルケーキ 野菜スープ	卵、グラニュー糖、メープルシロップ、油 塩、小麦粉、ベーキングパウダー、牛乳 かぶ、葉、人参、コンソメ、塩
4	18 土	軟飯 麻婆豆腐 じゃが芋のコンソメ煮 すまし汁	米 豆腐、豚挽、人参、玉葱、長葱、なす、ごま油 砂糖、醤油、味噌、片栗粉 じゃが芋、人参、コンソメ、塩、醤油 大根、玉葱、だし、味噌	しらすがゆ 和えもの	米、しらす、人参、玉葱、ピーマン、だし 塩、醤油 白菜、醤油
6	20 月	軟飯 鶏のアップルソース煮 白菜の旨煮 味噌汁	米 鶏挽、りんご、砂糖、醤油、みりん 白菜、人参、だし、砂糖、醤油、片栗粉 南瓜、玉葱、人参、だし、味噌	軟飯 煮奴 ほうれん草え	米 豆腐、だし、砂糖、みりん、味噌 ほうれん草、人参、砂糖、醤油
7	21 火	煮込みうどん さつまいの甘煮 キャベツのナムル	うどん、豚挽、玉葱、人参、長葱、だし、塩 醤油、みりん、片栗粉 さつまい、だし、砂糖、醤油 キャベツ、人参、醤油、ごま油、白ごま	おにぎり 味噌汁	米、鶏挽、砂糖、みりん、醤油 かぶ、玉葱、だし、味噌
8	22 水	軟飯 煮魚 高野豆腐の煮物 味噌汁	米 たら、砂糖、醤油 凍り豆腐、人参、いんげん、だし、砂糖 みりん、塩、醤油 青梗菜、長葱、人参、だし、味噌	コーントースト りんご	食パン、クリームコーン、コーン マヨネーズ、パセリ りんご
9	木	軟飯 ケチャップ煮 ゆかり和え 味噌汁	米 鶏挽、豆腐、玉葱、塩、片栗粉、コンソメ、ケチャップ ほうれん草、人参、もやし、ゆかり 里芋、玉葱、だし、味噌	チーズ蒸しケーキ すまし汁	クリームチーズ、グラニュー糖、卵、 牛乳、油、小麦粉、ベーキングパウダー 冬瓜、人参、だし、塩、醤油
10	24 金	パンがゆ 食パン 鮭のクリームシチュー ミックスサラダ りんご	食パン 鮭、人参、玉葱、じゃが芋、バター、小麦粉 牛乳、塩、コンソメ 小松菜、人参、醤油 スライスりんご	煮込みうどん 鶏の味噌煮	うどん、人参、玉葱、ピーマン、キャベツ だし、塩、醤油 鶏挽、砂糖、醤油、味噌
11	25 土	軟飯 そばろ煮 かぶの煮物 味噌汁	米 豚挽、玉葱、人参、ほうれん草、砂糖 みりん、醤油 かぶ、葉、人参、だし、醤油、みりん、片栗粉 麩、絹豆腐、人参、だし、味噌	軟飯 ツナと青梗菜の旨煮 里芋ソテー	米 ツナ、人参、玉葱、青梗菜、だし、砂糖、醤油 里芋、油、塩、コンソメ
13	27 月	煮込みうどん ポテトサラダ 若布スープ	うどん、豚挽、玉葱、人参、ピーマン、砂糖 塩、コンソメ、ケチャップ じゃが芋、胡瓜、人参、マヨネーズ、塩 若布、人参、塩、コンソメ	おにぎり 味噌汁	米、ひじき、人参、油、醤油、砂糖、塩 ブロッコリー、玉葱、だし、味噌
14	28 火	軟飯 煮鶏 南瓜の炒めもの 味噌汁	米 鶏挽、人参、ごま油、だし、砂糖、醤油 南瓜、玉葱、人参、塩、コンソメ、油 もやし、万能葱、だし、味噌	包み揚げ すまし汁	さつまい、砂糖、バター、チーズ 餃子の皮、油 キャベツ、人参、だし、塩、醤油
15	29 水	軟飯 煮魚 里芋の煮物 味噌汁	米 かじき、醤油、みりん 里芋、人参、砂糖、醤油、片栗粉、だし 豆腐、豆苗、人参、だし、味噌	煮込みうどん バナナ	うどん、鶏挽、玉葱、なす、だし、味噌 バナナ
16	30 木	パンがゆ 食パン 肉団子スープ ブロッコリーサラダ ヨーグルト	食パン 豚挽、鶏挽、玉葱、卵、片栗粉、キャベツ、人参 しめじ、塩、コンソメ、醤油、醤油 ブロッコリー、人参、塩、コーン ヨーグルト	おにぎり スライスりんご	米、油揚げ、だし、砂糖、醤油 りんご

* 材料の都合により献立が変更になることがあります。

2023年11月の給食（後期食）

向こころ保育園

		午前食		午後食	
毎日つくもの		ミルク		ミルク	
日付	曜日	献立名	材料	献立名	材料
1	水	パンがゆ 食パン 煮魚 青梗菜ソテー 野菜スープ	ロールパン かじき、醤油、みりん、砂糖 青梗菜、人参、玉葱、油、塩、醤油 さつまい、玉葱、人参、塩、コンソメ	全粥 にらの卵とじ ごま和え 味噌汁	米 卵、にら、人参、だし、砂糖、味噌 アスパラ、ごま、砂糖、醤油 なす、人参、だし、味噌
2	木	全粥 肉じゃが ツナ和え 野菜スープ	米 豚挽、人参、玉葱、じゃが芋、砂糖、醤油 カリフラワー、人参、ツナ、醤油 ほうれん草、玉葱、塩、コンソメ	煮込みうどん 冬瓜の味噌煮 スティック人参	うどん、鮭、玉葱、キャベツ、油、塩、コンソメ 冬瓜、だし、砂糖、味噌 人参、だし
17	金	さつまいがゆ 煮魚 うの花炒り 味噌汁	米、さつまい 鮭、塩 おから、長葱、人参、油、だし、砂糖、醤油、みりん 小松菜、玉葱、だし、味噌	パンがゆ 食パン そぼろ煮 南瓜の蒸し焼き 野菜スープ	食パン 豚挽、玉葱、砂糖、味噌 南瓜、塩 かぶ、葉、人参、コンソメ、塩
4	18 土	全粥 麻婆豆腐 じゃが芋のコンソメ煮 すまし汁	米 豆腐、豚挽、人参、玉葱、長葱、なす、ごま油 砂糖、醤油、味噌、片栗粉 じゃが芋、人参、コンソメ、塩、醤油 大根、玉葱、だし、味噌	しらすがゆ 和えもの 味噌汁	米、しらす、人参、玉葱、ピーマン、だし 塩、醤油 白菜、醤油 キャベツ、人参、だし、味噌
6	20 月	全粥 鶏のアップルソース煮 白菜の旨煮 味噌汁	米 鶏挽、りんご、砂糖、醤油、みりん 白菜、人参、だし、砂糖、醤油、片栗粉 南瓜、玉葱、人参、だし、味噌	全粥 煮奴 ほうれん草和え すまし汁	米 豆腐、だし、砂糖、みりん、味噌 ほうれん草、人参、砂糖、醤油 カリフラワー、玉葱、だし、塩、醤油
7	21 火	煮込みうどん さつまいの甘煮 キャベツのナムル	うどん、豚挽、玉葱、人参、長葱、だし、塩 醤油、みりん、片栗粉 さつまい、だし、砂糖、醤油 キャベツ、人参、醤油、ごま油、白ごま	全粥 魚の磯辺煮 なすの炒めもの 味噌汁	米 かじき、青のり、みりん、醤油 なす、人参、玉葱、油、醤油、塩 かぶ、玉葱、だし、味噌
8	22 水	全粥 煮魚 高野豆腐の煮物 味噌汁	米 たら、砂糖、醤油 凍り豆腐、人参、いんげん、だし、砂糖 みりん、塩、醤油 青梗菜、長葱、人参、だし、味噌	パンがゆ 食パン ミートボール 和えもの 洋風味噌汁	食パン 豚挽、玉葱、片栗粉、砂糖、醤油、コンソメ ブロッコリー、人参、醤油 大根、人参、牛乳、だし、味噌
9	木	全粥 ケチャップ煮 ゆかり和え 味噌汁	米 鶏挽、豆腐、玉葱、塩、片栗粉、コンソメ、ケチャップ ほうれん草、人参、もやし、ゆかり 里芋、玉葱、だし、味噌	全粥 しらす炒め クリームチーズ和え すまし汁	米 しらす、人参、玉葱、にら、油、醤油、みりん アスパラ、クリームチーズ、醤油 冬瓜、人参、だし、塩、醤油
10	24 金	パンがゆ 食パン 鮭のクリームシチュー ミックスサラダ りんご	食パン 鮭、人参、玉葱、じゃが芋、バター、小麦粉 牛乳、塩、コンソメ 小松菜、人参、醤油 すりおろしりんご	煮込みうどん 鶏の味噌煮 南瓜のとりみ煮	うどん、人参、玉葱、ピーマン、キャベツ だし、塩、醤油 鶏挽、砂糖、醤油、味噌 南瓜、だし、みりん、醤油、片栗粉
11	25 土	全粥 そぼろ煮 かぶの煮物 味噌汁	米 豚挽、玉葱、人参、ほうれん草、砂糖 みりん、醤油 かぶ、葉、人参、だし、醤油、みりん、片栗粉 麩、絹豆腐、人参、だし、味噌	全粥 ツナと青梗菜の旨煮 里芋ソテー 味噌汁	米 ツナ、人参、玉葱、青梗菜、だし、砂糖、醤油 里芋、油、塩、コンソメ 白菜、玉葱、にら、だし、味噌
13	27 月	煮込みうどん 温野菜 若布スープ	うどん、豚挽、玉葱、人参、ピーマン、砂糖 塩、コンソメ、ケチャップ じゃが芋、胡瓜、人参、塩 若布、人参、塩、コンソメ	全粥 豆腐のあんかけ 煮浸し 味噌汁	米 豆腐、人参、玉葱、だし、砂糖、醤油 片栗粉 なす、人参、だし、みりん、醤油 ブロッコリー、玉葱、だし、味噌
14	28 火	全粥 煮鶏 南瓜の炒めもの 味噌汁	米 鶏挽、人参、ごま油、だし、砂糖、醤油 南瓜、玉葱、人参、塩、コンソメ、油 もやし、万能葱、だし、味噌	全粥 たらのチーズ蒸し さつまいマッシュ すまし汁	米 たら、人参、玉葱、チーズ、醤油 さつまい、牛乳、塩、コンソメ キャベツ、人参、だし、塩、醤油
15	29 水	全粥 煮魚 里芋の煮物 味噌汁	米 かじき、醤油、みりん 里芋、人参、砂糖、醤油、片栗粉、だし 豆腐、豆苗、人参、だし、味噌	煮込みうどん 大根サラダ トマト バナナ	うどん、鶏挽、玉葱、なす、だし、味噌 大根、人参、かつお節、醤油 トマト バナナ
16	30 木	パンがゆ 食パン 肉団子スープ ブロッコリーサラダ ヨーグルト	食パン 豚挽、鶏挽、玉葱、卵、片栗粉、キャベツ、人参 塩、コンソメ、醤油、醤油 ブロッコリー、人参、塩、コーン ヨーグルト	全粥 豆腐ステーキ ほうれん草炒め 味噌汁	米 豆腐、小麦粉、油、醤油、みりん ほうれん草、人参、ごま油、塩、醤油 じゃが芋、玉葱、だし、味噌

* 材料の都合により献立が変更になることがあります。

2023年11月

給食献立予定表(離乳食)初期食・中期食用

向こころ保育園

日にち	午前初期食 I	午前初期食 II	中期食 I		中期食 II	
			午前	午後	午前	午後
1 水	パンがゆつぶし 人参ペースト 玉葱ペースト さつま芋ペースト 野菜スープ	パンがゆつぶし 人参つぶし 玉葱つぶし さつま芋つぶし 豆腐つぶし 野菜スープ	パンがゆ 煮魚 (たら・だし) 煮物 (人参・玉葱・さつま芋 だし・醤油)	七倍がゆ 鶏の旨煮 (ささみ・人参・だし・味噌) なすのだし煮 (なす・玉葱・だし)	パンがゆ スティックパン 煮魚 (たら・だし) 煮物 (人参・玉葱・さつま芋 だし・醤油)	七倍がゆ 鶏の旨煮 (ささみ・人参・だし・味噌) なすのだし煮 (なす・玉葱・だし) 炒り卵(卵黄・だし)
2 木	つぶしがゆ じゃが芋ペースト カリフラワーペースト ほうれん草ペースト 野菜スープ	つぶしがゆ じゃが芋つぶし カリフラワーつぶし ほうれん草つぶし 白身魚つぶし 野菜スープ	七倍がゆ 肉じゃが (ささみ・人参・ほうれん草 じゃが芋・だし・醤油) 煮浸し (カリフラワー・だし)	煮込みうどん (うどん・人参・キャベツ・冬瓜 だし・味噌) 煮奴 (豆腐・だし・醤油)	七倍がゆ 肉じゃが (ささみ・人参・ほうれん草 じゃが芋・だし・醤油) 煮浸し (カリフラワー・だし)	煮込みうどん (うどん・人参・キャベツ・冬瓜 だし・味噌) 煮奴 (豆腐・だし・醤油)
17 金	つぶしがゆ さつま芋ペースト 人参ペースト 小松菜ペースト 野菜スープ	つぶしがゆ さつま芋つぶし 人参つぶし 小松菜つぶし 豆腐つぶし 野菜スープ	七倍がゆ 魚のやわらか煮 (鮭・人参・玉葱・小松菜 だし・醤油) 味噌汁 (さつま芋・だし・味噌)	パンがゆ そぼろ煮 (ささみ・玉葱・南瓜 だし・醤油) 煮物 (かぶ・人参・だし)	七倍がゆ 魚のやわらか煮 (鮭・人参・玉葱・小松菜 だし・醤油) 味噌汁 (さつま芋・だし・味噌)	パンがゆ スティックパン そぼろ煮 (ささみ・玉葱・南瓜 だし・醤油) 煮物 (かぶ・人参・だし)
4・18 土						
6・20 月	つぶしがゆ 白菜ペースト 南瓜ペースト 玉葱ペースト 野菜スープ	つぶしがゆ 白菜つぶし 南瓜つぶし 玉葱つぶし 白身魚つぶし 野菜スープ	七倍がゆ 煮鶏 (ささみ・だし) 味噌煮 (白菜・玉葱・南瓜・人参 だし・味噌)	七倍がゆ 豆腐の旨煮 (豆腐・カリフラワー・玉葱 だし・醤油) クタクタ煮 (ほうれん草・人参・だし)	七倍がゆ 煮鶏 (ささみ・だし) 味噌煮 (白菜・玉葱・南瓜・人参 だし・味噌)	七倍がゆ 豆腐の旨煮 (豆腐・カリフラワー・玉葱 だし・醤油) クタクタ煮 (ほうれん草・人参・だし)
7・21 火	つぶしがゆ さつま芋ペースト 人参ペースト キャベツペースト 野菜スープ	つぶしがゆ さつま芋つぶし 人参つぶし キャベツつぶし 豆腐つぶし 野菜スープ	煮込みうどん (うどん・人参・キャベツ さつま芋・だし・醤油) 煮奴 (豆腐・玉葱・だし・醤油) プレーンヨーグルト	七倍がゆ 煮魚 (鮭・だし・味噌) トロトロ煮 (かぶ・なす・人参・だし)	煮込みうどん (うどん・人参・キャベツ さつま芋・だし・醤油) 煮奴 (豆腐・玉葱・だし・醤油) プレーンヨーグルト	七倍がゆ 煮魚 (鮭・だし・味噌) トロトロ煮 (かぶ・なす・人参・だし)
8・22 水	つぶしがゆ 玉葱ペースト 青菜ペースト 人参ペースト 野菜スープ	つぶしがゆ 玉葱つぶし 青菜つぶし 人参つぶし 白身魚つぶし 野菜スープ	七倍がゆ 煮魚 (たら・だし・味噌) 煮浸し (玉葱・人参・青菜・だし 塩)	パンがゆ ささみのスープ煮 (ささみ・玉葱・ブロッコリー だし・醤油) 紅白煮 (大根・人参・だし)	七倍がゆ 煮魚 (たら・だし・味噌) 煮浸し (玉葱・人参・青菜・だし 塩)	パンがゆ スティックパン ささみのスープ煮 (ささみ・玉葱・ブロッコリー だし・醤油) 紅白煮 (大根・人参・だし)
9 木	つぶしがゆ ほうれん草ペースト 玉葱ペースト 人参ペースト 野菜スープ	つぶしがゆ ほうれん草つぶし 玉葱つぶし 人参つぶし 豆腐つぶし 野菜スープ	七倍がゆ 豆腐のあんかけ (豆腐・ほうれん草・人参 だし・味噌) とろみ煮 (冬瓜・だし・醤油)	七倍がゆ しらす煮 (しらす・玉葱・だし・醤油) とろみ煮 (冬瓜・だし・醤油)	七倍がゆ 豆腐のあんかけ (豆腐・ほうれん草・人参 だし・味噌) とろみ煮 (冬瓜・だし・醤油)	七倍がゆ しらす煮 (しらす・玉葱・だし・醤油) とろみ煮 (冬瓜・だし・醤油)
10・24 金	パンがゆつぶし じゃが芋ペースト 小松菜ペースト 玉葱ペースト 野菜スープ	パンがゆつぶし じゃが芋つぶし 小松菜つぶし 玉葱つぶし 白身魚つぶし 野菜スープ	パンがゆ 鮭の野菜煮 (鮭・人参・玉葱・じゃが芋 だし・塩) だし煮 (小松菜・だし)	煮込みうどん (うどん・ささみ・人参・玉葱 キャベツ・だし・醤油) マッシュ (南瓜・だし)	パンがゆ スティックパン 鮭の野菜煮 (鮭・人参・玉葱・じゃが芋 だし・塩) だし煮 (小松菜・だし)	煮込みうどん (うどん・ささみ・人参・玉葱 キャベツ・だし・醤油) マッシュ (南瓜・だし)
11・25 土						
13・27 月	つぶしがゆ 人参ペースト じゃが芋ペースト 玉葱ペースト 野菜スープ	つぶしがゆ 人参つぶし じゃが芋つぶし 玉葱つぶし 白身魚つぶし 野菜スープ	煮込みうどん (うどん・ささみ・人参 玉葱・だし・味噌) マッシュ (じゃが芋・だし)	七倍がゆ 煮奴 (豆腐・茄子・だし・醤油) 味噌汁 (ブロッコリー・人参・玉葱 だし・味噌)	煮込みうどん (うどん・ささみ・人参 玉葱・だし・味噌) マッシュ (じゃが芋・だし)	七倍がゆ 煮奴 (豆腐・茄子・だし・醤油) 味噌汁 (ブロッコリー・人参・玉葱 だし・味噌)
14・28 火	つぶしがゆ 南瓜ペースト 人参ペースト 玉葱ペースト 野菜スープ	つぶしがゆ 南瓜つぶし 人参つぶし 玉葱つぶし 豆腐つぶし 野菜スープ	七倍がゆ 豆腐のとろみ煮 (豆腐・だし・醤油) 煮物 (南瓜・玉葱・人参・だし 塩)	七倍がゆ 煮魚 (鮭・人参・キャベツ・だし 醤油) やわらか煮 (さつま芋・玉葱・だし)	七倍がゆ 豆腐のとろみ煮 (豆腐・だし・醤油) 煮物 (南瓜・玉葱・人参・だし 塩)	七倍がゆ 煮魚 (鮭・人参・キャベツ・だし 醤油) やわらか煮 (さつま芋・玉葱・だし)
15・29 水	つぶしがゆ 玉葱ペースト 人参ペースト 青菜ペースト 野菜スープ	つぶしがゆ 玉葱つぶし 人参つぶし 青菜つぶし しらすつぶし 野菜スープ	七倍がゆ しらすの味噌煮 (しらす・玉葱・だし・味噌) 里芋のあんかけ (里芋・人参・だし・醤油)	煮込みうどん (うどん・ささみ・トマト・大根 玉葱・だし・醤油) 煮物 (なす・人参・だし・醤油)	七倍がゆ しらすの味噌煮 (しらす・玉葱・だし・味噌) 煮物 (里芋・人参・だし・醤油)	煮込みうどん (うどん・ささみ・トマト・大根 玉葱・だし・醤油) 煮物 (なす・人参・だし・醤油)
16・30 木	パンがゆつぶし 人参ペースト キャベツペースト ブロッコリーペースト 野菜スープ	パンがゆつぶし 人参つぶし キャベツつぶし ブロッコリーつぶし 豆腐つぶし 野菜スープ	パンがゆ ささみのスープ煮 (ささみ・人参・ブロッコリー 玉葱・だし・醤油) 煮浸し(キャベツ・だし) プレーンヨーグルト	七倍がゆ 豆腐の味噌煮 (豆腐・だし・味噌) 野菜の旨煮 (ほうれん草・じゃが芋・人参 だし・醤油)	パンがゆ スティックパン ささみのスープ煮 (ささみ・人参・ブロッコリー 玉葱・だし・醤油) 煮浸し(キャベツ・だし) プレーンヨーグルト	七倍がゆ 豆腐の味噌煮 (豆腐・だし・味噌) 野菜の旨煮 (ほうれん草・じゃが芋・人参 だし・醤油)

※材料の都合により献立を変更する場合があります。