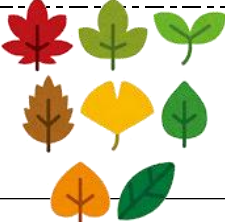
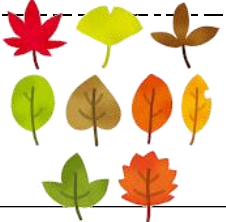


# 2025年 11月 いちご組 予定献立表

昭和学園  
昭和幼稚園・なかよし保育園  
管理栄養士 藤松 樹里

| 月                                                                                 | 火                                                                                       | 水                                                                                             | 木                                                                                                     | 金                                                                                      | 土                                                                                  |
|-----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|
|  |        |             |                    |     | 1<br>ごはん<br>チンジャオロース<br>ナムル 大豆・ごま<br>わかめスープ<br>バナナ<br>・ふかし芋<br>おかし                 |
| 3<br>文化の日                                                                         | 4 幼・休 保・自由登園<br>ごはん<br>すき焼き風煮物 大豆<br>人参の天ぷら 小麦<br>みそ汁 魚<br>みかん                          | 5 ㊦ 曳山会館見学(5歳)ほ×<br>ごはん<br>魚のピザ焼き 乳・トマト・魚<br>ひじき煮 大豆<br>大根入りスープ 小麦・大豆<br>みかん<br>・サラダ          | 6 自 曳山ごっこ(0-4歳)ほ5<br>ごはん<br>根菜カレー<br>野菜サラダ 大豆<br>りんご<br>・蒸しなす<br>くだもの(りんご・バナナ)                        | 7<br>ごはん<br>揚げ魚の甘酢だれ 魚<br>和え物 大豆<br>すまし汁 魚・大豆<br>バナナ<br>・野菜スティック 大豆                    | 8 2・3歳 大運動会<br>ごはん<br>ポテトサラダ 大豆<br>チキンソテー<br>野菜たっぷりスープ 小麦・大豆<br>りんご<br>おかし         |
| 10 ㊦                                                                              | 11 自<br>きつねうどん 小麦・魚・大豆<br>豆腐の肉味噌かけ 大豆<br>バナナ<br>・ごはん<br>・和え物                            | 12 ㊦ ほ×<br>ごはん<br>唐揚げ<br>おかか和え 魚・大豆<br>具沢山みそ汁 魚・大豆<br>りんご<br>・トマト                             | 13 自 内科検診<br>ごはん<br>ポークソテー<br>パインのサラダ 大豆<br>青菜のスープ 大豆・小麦<br>バナナ<br>・大根煮 大豆                            | 14<br>ちらし寿司 大豆<br>焼き鮭 魚<br>ごま和え ごま<br>すまし汁 魚・小麦<br>みかん                                 | 15 4.5歳 大運動会<br>ごはん<br>豚肉と白菜の中華炒め 大豆<br>南瓜の煮物 大豆<br>春雨スープ<br>りんご<br>・レタスサラダ<br>おかし |
| ポップコーン(0-3歳お昼スナック小麦)                                                              | 五平もち風                                                                                   | 鬼まんじゅう 小麦・大豆                                                                                  | ミルクプリン乳+(1.2歳)ジュース                                                                                    | スティック揚げパン 小麦・大豆・乳                                                                      | おかし                                                                                |
| 17 ㊦                                                                              | 18 自<br>さつま芋ごはん ごま<br>魚のみりん焼き 魚<br>甘酢和え<br>かきたま汁 魚・卵<br>みかん                             | 19 ㊦ ほ12<br>ごはん<br>ふわふわ豆腐のおろしあん 大豆・小麦<br>ジャーマンポテト<br>白菜のスープ<br>バナナ<br>・人参の甘煮                  | 20 自 ほ5<br>豚丼 〔ごはん<br>(0-2歳別盛り) 豚肉と野菜の甘辛炒め大豆<br>切り干し大根の和え物 ごま<br>みそ汁 魚<br>みかん<br>・冷奴 大豆<br>豆乳きな粉もち 大豆 | 21 勤労感謝の集い<br>ごはん<br>きのこ入りオムレツ卵・大豆・乳・トマト<br>キャベツサラダ ごま・大豆・小麦<br>すまし汁 魚<br>りんご<br>・こふき芋 | 22<br>ごはん<br>豚肉のみそ漬け焼き<br>ビーフンサラダ 大豆<br>チンゲン菜のスープ<br>みかん<br>・パプリカソテー<br>おかし        |
| 人参クッキー 小麦                                                                         | 煮豆 大豆                                                                                   | わかめおにぎり                                                                                       |                                                                                                       | シリアル                                                                                   |                                                                                    |
| 24<br>振替休日                                                                        | 25 自<br>混ぜ込みピラフ 小麦・大豆<br>チーズサラダ 乳・ごま・大豆・小麦<br>野菜スープ 小麦・大豆<br>バナナ<br>・白身魚のパセリ焼き<br>野菜ゼリー | 26 ㊦ 歯科検診 ほ12<br>ごはん<br>チキン南蛮 卵・大豆・小麦<br>春雨の和え物 ごま<br>みそ汁 魚<br>みかん<br>・納豆 大豆<br>パウンドケーキ 大豆・小麦 | 27 自 誕生会 ほ5<br>ごはん<br>クリームシチュー風 大豆<br>カラフルサラダ 魚・大豆<br>ゼリー<br>・スクランブルエッグ 卵<br>焼きおにぎり                   | 28<br>ごはん<br>魚のパン粉焼き 魚・乳・小麦<br>お浸し 大豆<br>中華スープ<br>りんご<br>・レバー煮<br>水ようかん 大豆             | 29<br>小盛りごはん<br>焼きそば 小麦・大豆・トマト<br>マヨネーズ和え 大豆<br>すまし汁 魚<br>バナナ<br>おかし               |

●材料の仕入れ状況等により、内容を変更させていただく場合がございます●