



2025年 11月 予定献立

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

★幼稚園

★保育園

日	曜 日	献立名			献立材料名			備考					
		10時 (未満児のみ)	12時 副食	未満児追加食	3時 おやつ (未満児のみ)	血や肉をつくる	力や体温となる		からだの調子をよくする				
1	土		ごはん チンジャオロース ナムル わかめスープ くだもの	1	土	牛乳	ごはん チンジャオロース ナムル わかめスープ くだもの	ふかし芋	おかし	豚肉 カットわかめ	米 三温糖 片栗粉 ごま ごま油 さつま芋	にんにく 生姜 たけのこ水煮缶 ビーマン 赤ピーマン きくらげ もやし きゅうり 人参 ほうれん 草 白菜 玉ねぎ 人参 パナ ナ	
3	月		文化の日	3	月		文化の日						
4	火			4	火		ごはん すき焼き風煮物 人参の天ぷら みそ汁 くだもの		ミルク ショートブレッド ド風 牛乳	牛乳 スkimミルク 牛肉 豚肉 豆腐 煮干し 米 みそ	米 糸こんにゃく 三温 糖 薄力粉 なたね油 薄力粉 上白糖	白菜 大根 人参 玉ねぎ え のきたけ ねぎ なす ほうれん 草 みかん	幼 休日
5	水	牛乳	ごはん 魚のピザ焼き ひじき煮 大根入りスープ くだもの	5	水	牛乳	ごはん 魚のピザ焼き ひじき煮 大根入りスープ くだもの	サラダ	ミルク フライドポテト 牛乳	牛乳 スkimミルク 鮭 チーズ 大豆水煮 油揚 げ ひじき	米 なたね油 三温糖 じゃが芋	玉ねぎ 人参 ビーマン さやい んげん 大根 えのきたけ 小松 菜 レタス きゅうり 赤ピーマン みかん	
6	木	牛乳	☆自園給食☆ ごはん 根菜カレー 野菜サラダ くだもの	6	木	牛乳	☆自園給食☆ ごはん 根菜カレー 野菜サラダ くだもの	蒸しなす	フルーツミッ クス 牛乳	牛乳 豚肉	米 さつま芋 じゃが芋 カレールー オリーブ油 三温糖	人参 玉ねぎ れんこん 大根 ブロッコリー キャベツ きゅうり コーン缶 枝豆 なす みかん缶 パイン缶 バナナ りんご	
7	金	牛乳	ごはん 揚げ魚の甘酢だれ 和え物 すまし汁 くだもの	7	金	牛乳	ごはん 揚げ魚の甘酢だれ 和え物 すまし汁 くだもの	野菜スティック	ミルク チーズフィン ガー 牛乳	牛乳 スkimミルク まだい 赤魚 煮干し 豆腐 チーズ	米 片栗粉 なたね油 三温糖 マヨレ ホッ ケーキミックス 薄力粉	きゅうり 人参 もやし ほうれん 草 玉ねぎ しめじ 小松菜 大根 パナナ	
8	土			8	土	牛乳	サンドイッチ チキンソテー 野菜たっぷりスープ くだもの		おかし	牛乳 シーチキン 卵 鶏 肉 ウィナー	食パン マヨレ じゃが 芋	きゅうり 人参 玉ねぎ キャベツ コーン缶 しめじ りんご	2.3歳 大運動会
10	月		ごはん 魚の照り焼き グリーンサラダ コンソメスープ くだもの	10	月	牛乳	ごはん 魚の照り焼き グリーンサラダ コンソメスープ くだもの	スパソテー	ミルク ポップコーン (4.5歳) お昼スナック (0-3才) 牛乳	牛乳 スkimミルク 赤魚 まだい 青のり	米 三温糖 和風ドレ ッシング じゃが芋 スパ ゲッティ なたね油 麩	玉ねぎ 人参 レタス キャベツ 枝豆 黄ピーマン 小松菜 コーン缶 ドライパセリ とうもろこ し みかん	
11	火	牛乳	☆自園給食☆ きつねうどん ギョロツケ くだもの	11	火	牛乳	☆自園給食☆ きつねうどん ギョロツケ くだもの	ごはん 和え物	ミルク 五平もち風 牛乳	牛乳 スkimミルク だし 昆布 かつお節 油揚げ 鶏肉 ギョロツケ 豆腐 豚ひき肉 米みそ	米 うどん 三温糖 片 栗粉	干し椎茸 玉ねぎ 人参 大根 ねぎ 白菜 えのきたけ パナナ	
12	水	牛乳	ごはん 唐揚げ おかか和え 具沢山みそ汁 くだもの	12	水	牛乳	ごはん 唐揚げ おかか和え 具沢山みそ汁 くだもの	トマト	ミルク 鬼まんじゅう (さつま芋の 蒸しパン) 牛乳	牛乳 スkimミルク 鶏肉 かつお節 煮干し 豆腐 油揚げ 米みそ 豆乳	米 片栗粉 なたね油 三温糖 じゃが芋 トマ ト ホットケーキミックス さつま芋	生姜 キャベツ 人参 もやし ほうれん草 玉ねぎ しめじ ね ぎ トマト りんご	
13	木	牛乳	☆自園給食☆ ごはん ポークソテー パインのサラダ 青菜のスープ くだもの	13	木	牛乳	☆自園給食☆ ごはん ポークソテー パインのサラダ 青菜のスープ くだもの	大根煮	ミルクプリン 0歳 牛乳 1.2歳 ジュース	牛乳 豚肉 イナアガー	米 三温糖 エッグケア 上白糖 苺ソース	玉ねぎ にんにく 人参 キャベ ツ きゅうり パイン缶 南瓜 エ リンギ 小松菜 大根 さやいん げん りんごジュース パナナ	
14	金	牛乳	ちらし寿司 焼き鮭 ごま和え すまし汁 くだもの	14	金	牛乳	ちらし寿司 焼き鮭 ごま和え すまし汁 くだもの		ミルク スティック揚げ パン 牛乳	牛乳 スkimミルク 刻み のり 錦糸卵 桜でんぶ 鮭 鶏ささみ 煮干し カットわかめ きな粉	米 三温糖 ごま 食パ ン なたね油 花麩 上 白糖	干し椎茸 ごぼう れんこん 人 参 さやいんげん コーン缶 キャベツ 白菜 小松菜 玉ね ぎ えのきたけ みかん	
15	土			15	土	牛乳	ごはん 豚肉と野菜の中華炒め 南瓜の煮物 春雨スープ くだもの	レタスのサラダ	おかし	牛乳 豚肉	米 三温糖 なたね油 春雨 おかし	生姜 たけのこ水煮缶 白菜 玉ねぎ 人参 もやし 干し椎 茸 ねぎ 南瓜 グリンピース チンゲン菜 レタス きゅうり りん ご	4.5歳 大運動会

※ 11/4(火)は神際のため幼稚園は休日、保育園は自由登園になります。

※ 11/8(土)は2.3歳大運動会、11/15(土)は4.5歳大運動会のため、基本的に給食提供はその他の学年のみとなります。

※ 材料の仕入れの状況等により献立が変更になる場合がございます。



2025年 11月予定献立表



★幼稚園

★保育園

日	曜	10時 (未開食のみ)	12時 副食	日	曜	10時 (未開食のみ)	献立名			献立材料名			備考
							12時 副食	未満児追加食	3時 おやつ 未開食のみ	血や肉をつくる	力や体温となる	からだの調子をよくする	
17	月		ごはん 焼肉風 マカロニサラダ きのこのスープ くだもの	17	月		ごはん 焼肉風 マカロニサラダ きのこのスープ くだもの	高野豆腐煮	ミルク 人参クッキー 牛乳	牛乳 スkimミルク 豚肉 牛肉 ロースハム 高野豆腐	米 三温糖 マカロニ エッグケア マヨネーズ 薄力粉 片栗粉 上白糖 なたね油	キャベツ 玉ねぎ もやし にら 人参 にんにく 生姜 きゅうり 南瓜 エリンギ しめじ ドライパセリ バナナ	
18	火	牛乳	☆自園給食☆ さつま芋ごはん 魚のみりん焼き 甘酢和え かきたま汁 くだもの	18	火	牛乳	☆自園給食☆ さつま芋ごはん 魚のみりん焼き 甘酢和え かきたま汁 くだもの		ミルク 煮豆 牛乳	牛乳 スkimミルク あじ まだい カットわかめ 煮干し 卵 白 花豆	米 さつま芋 ごま 三温糖 上白糖	人参 大根 きゅうり えのきたけ ほうれん草 みかん	
19	水	牛乳	ごはん ふわふわ豆腐のおろしあん ジャーマンポテト チンゲン菜のスープ くだもの	19	水	牛乳	ごはん ふわふわ豆腐のおろしあん ジャーマンポテト チンゲン菜のスープ くだもの	人参の甘煮	ミルク ばりばり麺 牛乳	牛乳 スkimミルク 豆腐 鶏ひき肉 芽ひじき ウィンナー	米 パン粉 片栗粉 三温糖 じゃが芋 中華麺 なたね油	玉ねぎ 生姜 大根 小ねぎ 人参 ドライパセリ 白菜 木耳 バナナ	
20	木	牛乳	☆自園給食☆ 豚丼 ごはん 豚肉と野菜の甘辛炒め (0-2歳別盛り) 切り干し大根の和え物 みそ汁 くだもの	20	木	牛乳	☆自園給食☆ 豚丼 ごはん 豚肉と野菜の甘辛炒め (0-2歳別盛り) 切り干し大根の和え物 みそ汁 くだもの	冷奴	豆乳きな粉もち 牛乳	牛乳 豚肉 ささみ 煮干し 米みそ 豆腐 豆乳 きな粉	米 三温糖 ごま ごま油 上白糖 片栗粉	玉ねぎ もやし キャベツ 人参 青ピーマン コーン 缶 にんにく 生姜 切り干し大根 きゅうり しめじ 南瓜 小松菜 みかん	
21	金	牛乳	ごはん きのこ入りオムレツ キャベツサラダ すまし汁 くだもの	21	金	牛乳	ごはん きのこのオムレツ キャベツサラダ すまし汁 くだもの	こふき芋	ミルク シリアルボール 牛乳	牛乳 スkimミルク 卵 ダイスチーズ ロースハム 煮干し カットわかめ 青のり	米 三温糖 ごまドレッシング じゃが芋 コーン フレーク マシュロ バター	玉ねぎ 人参 しめじ マッシュルーム水煮 グリンピース キャベツ きゅうり コーン缶 大根 りんご	
22	土			22	土	牛乳	ごはん 鶏肉のみそ漬け焼き ピーマンサラダ チンゲン菜のスープ くだもの	パプリカソーテー	おかし 牛乳	牛乳 鶏肉 ささみ	米 三温糖 ビーフン エッグケア なたね油 おかし	小ねぎ 生姜 きゅうり 人参 キャベツ 玉ねぎ チンゲン菜 白菜 木耳 赤ピーマン 黄ピーマン みかん	
24	月		勤労感謝の日	24	月		勤労感謝の日						
25	火	牛乳	☆自園給食☆ 混ぜ込みピラフ チーズサラダ 野菜スープ くだもの	25	火	牛乳	☆自園給食☆ 混ぜ込みピラフ チーズサラダ 野菜スープ くだもの	白身魚のパセリ焼き	ミルク 野菜ゼリー 牛乳	牛乳 スkimミルク 鶏肉 ダイスチーズ まだい イナアガー	米 なたね油 じゃが芋 上白糖	玉ねぎ 人参 しめじ マッシュルーム水煮 枝豆 きゅうり 赤ピーマン 黄ピーマン キャベツ チンゲン菜 コーン缶 野菜 ジュース りんごジュース バナナ	
26	水	牛乳	☆自園給食☆ ごはん チキン南蛮 春雨の和え物 みそ汁 くだもの	26	水	牛乳	☆自園給食☆ ごはん チキン南蛮 春雨の和え物 みそ汁 くだもの	納豆	ミルク パウンドケーキ 牛乳	牛乳 スkimミルク 鶏肉 卵 ロースハム 煮干し 米みそ 納豆 豆乳	米 エッグケア 春雨 なたね油 ごま油 さつま芋 ホットケーキミックス 上白糖	玉ねぎ きゅうり 人参 しめじ 小松菜 みかん	
27	木	牛乳	☆自園給食☆ ♪お誕生会メニュー♪ ロールパン クリームシチュー カラフルサラダ ゼリー	27	木	牛乳	☆自園給食☆ ♪お誕生会メニュー♪ ロールパン クリームシチュー カラフルサラダ ゼリー	スクランブルエッグ	焼きおにぎり 牛乳	牛乳 鶏肉 シーチキン 卵 イナアガー 青のり	米 ロールパン じゃが芋 シチュールー イタリアンドレッシング 上白糖 三温糖 なたね油	玉ねぎ 人参 グリンピース 赤ピーマン 黄ピーマン 青ピーマン キャベツ りんごジュース	
28	金	牛乳	ごはん 魚のパン粉焼き お浸し 中華スープ くだもの	28	金	牛乳	ごはん 魚のパン粉焼き お浸し 中華スープ くだもの	レバー煮	ミルク 水ようかん 牛乳	牛乳 スkimミルク 鮭 パルメザンチーズ 鶏レバー 粉寒天	米 パン粉 オリーブ油 三温糖 こしあん	にんにく 白菜 人参 もやし えのきたけ ほうれん草 木耳 チンゲン菜 玉ねぎ たけのこ水煮缶 生姜 にら りんご	
29	土	牛乳		29	土	牛乳	小盛りごはん 焼きそば マヨネーズ和え すまし汁 くだもの		おかし 牛乳	牛乳 豚肉 青のり ささみ 煮干し	米 中華麺 なたね油 おかし	キャベツ 玉ねぎ 人参 もやし きゅうり 大根 ねぎ バナナ	

※ 材料の仕入れの状況等により献立が変更になる場合がございます。