令和 8年 11月 学校給食予定献立表(幼稚園)

※　物資の都合等により変更する場合があります。

日	曜日	こんだてめい ★:防災献立　◆:よくかんでたべよう	エネルギーのもとになる (き)	からだをつくる (あか)	からだのちょうしをととのえる (みどり)	エネルギー(kcal) たんぱくしつ(g)
2	月	ごはん ぎゅうにゅう ★◆さつまいもとだいずのきなこあえ ◆れんこんのきんぴら はっぽうさい	ごはん さつまいも あぶら でんぷん さとう ごまあぶら ごま グラニューとう	ぎゅうにゅう だいず きなこ ぎゅうにく くきわかめ ぶたにく	れんこん にんじん こんにゃく はくさい たまねぎ たけのこ ほししいたけ チンゲンサイ しょうが にんにく	425 13.1
4	水	ごはん ぎゅうにゅう さといもコロッケ はくさいのツナごまあえ ぶたじる	ごはん さといも パンこ こむぎこ あぶら ごま さとう	ぎゅうにゅう ツナ ぶたにく とうふ あぶらあげ みそ とりにく	はくさい もやし こまつな だいこん にんじん ごぼう こんにゃく ねぎ かぼちゃ たまねぎ	446 16.7
5	木	パン ぎゅうにゅう にくだんごのあまずいため ビーフンサラダ ちゅうかスープ さつまポテト	パン あぶら さとう でんぷん マヨネーズ ごまあぶら ビーフン さつまいも	ぎゅうにゅう チキンハム とりにく ぶたにく	たまねぎ はくさい あおピーマン きくらげ きゅうり にんじん にら えのきたけ もやし ほししいたけ	472 15.4
6	金	◆あきのコンこんカレーライス ぎゅうにゅう やきこめこシューマイ(2こ) ◆いとこんサラダ	ごはん じゃがいも あぶら さつまいも こむぎこ こめこ さとう ごまあぶら でんぷん	ぎゅうにゅう ぶたにく ツナ	たまねぎ にんじん れんこん だいこん まいたけ にんにく しょうが いとこんにゃく きゅうり キャベツ	457 14.8
9	月	ごはん ぎゅうにゅう ヤンニョムチキン だいこんのナムル キムチチゲ	ごはん でんぷん さとう ごま ごまあぶら じゃがいも みずあめ	ぎゅうにゅう とりにく とうふ やきぶた ぶたにく みそ	にんにく だいこん ほうれんそう はくさいキムチ たまねぎ にんじん もやし しろねぎ こまつな にら	432 18.2
10	火	ごはん ぎゅうにゅう ◆こもちししゃものあまだれ(2こ) くろまめポテトサラダ このはどんのぐ(セルフ)	ごはん でんぷん あぶら さとう じゃがいも マヨネーズ	ぎゅうにゅう こもちししゃも くろまめ ツナ かまぼこ とりにく たまご	きゅうり にんじん たまねぎ ほししいたけ ねぎ	432 18.4
11	水	ごはん ぎゅうにゅう さけメンチカツ タルタルソース コールスローサラダ はくさいスープ	ごはん あぶら じゃがいも こむぎこ さとう でんぷん タルタルソース パンこ	ぎゅうにゅう さけ たら ポークウインナー	キャベツ ブロッコリー にんじん コーン はくさい たまねぎ ねぎ なましいたけ さやいんげん	449 12.9
12	木	パン ぎゅうにゅう りんごジャム なすのミートソースあえ しおこうじポトフ ★まぜまぜゼリー	パン あぶら さとう じゃがいも	ぎゅうにゅう ぶたにく おから だいず ウインナー	なす だいこん キャベツ たまねぎ にんじん チンゲンサイ みかん もも なし りんご	460 15.4
13	金	てまきずし(すしめし てまきのり ぶたにくのしぐれに ◆たくあんとキャベツのツナマヨあえ) むさしじる ぎゅうにゅう	ごはん さとう あぶら マヨネーズ そうめんバチ さといも	ぎゅうにゅう のり ぶたにく ツナ ちくわ あぶらあげ みそ	ごぼう にんじん さやいんげん しょうが たくあん キャベツ きゅうり だいこん こんにゃく なましいたけ ねぎ	446 16.7
16	月	ごはん ぎゅうにゅう あつあげのあまからいため ★◆きりぼしだいこんのサラダ さつまいものみそしる	ごはん さとう でんぷん あぶら ごまあぶら さつまいも	ぎゅうにゅう あつあげ ぶたにく ひじき ツナ とりにく あぶらあげ わかめ みそ	こまつな きりぼしだいこん キャベツ コーン だいこん ごぼう にんじん えのきたけ ねぎ	446 16.3
17	火	ごはん ぎゅうにゅう ◆いかのからあげ ◆じゃがいもとこんぶのにもの だいこんとはくさいのそぼろじる みかん	ごはん でんぷん あぶら じゃがいも さとう	ぎゅうにゅう いか ぶたにく こんぶ とりにく あぶらあげ	しょうが にんじん さやいんげん だいこん はくさい えのきたけ ねぎ みかん	454 18.1
18	水	ごはん ぎゅうにゅう とりにくのしょうがやき さといもとおからのサラダ どさんこじる	ごはん さといも マヨネーズ さとう あぶら じゃがいも バター	ぎゅうにゅう とりにく おから チキンハム ぶたにく とうふ しろみそ	しょうが ほうれんそう たまねぎ にんじん コーン キャベツ もやし ねぎ にんにく	460 18.5
19	木	ミニパン ぎゅうにゅう ハンバーグ きのこソース ブロッコリーのレモンサラダ しろねぎポタージュ	パン でんぷん あぶら さとう じゃがいも	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく チキンハム ベーコン しろいんげんまめ	えのきたけ しめじ ブロッコリー キャベツ コーン レモン しろねぎ たまねぎ にんじん パセリ	452 17.5
20	金	ごはん ぎゅうにゅう はんぺんのいそべあげ だいこんサラダ じゃがいもとがんもののうまに	ごはん こむぎこ あぶら ごまあぶら じゃがいも さとう あまざけ	ぎゅうにゅう はんぺん あおのり ツナ とりにく がんもどき	だいこん きゅうり にんじん たまねぎ いとこんにゃく こまつな	459 17.1
24	火	**和食の日献立** ごはん ぎゅうにゅう さばのごまころもやき はくさいのそぼろに ゆばとなめこのみそしる	ごはん さとう でんぷん さといも ごま	ぎゅうにゅう さば ゆば とりにく あぶらあげ みそ わかめ	はくさい しょうが なめこ だいこん にんじん こまつな ねぎ	425 19.4
25	水	ごはん ぎゅうにゅう ◆とりにくとれんこんのゆずみそがらめ ほうれんそうのおひたし かすじる	ごはん でんぷん あぶら さとう さといも さけかす	ぎゅうにゅう とりにく みそ かつおぶし ぶたにく ちくわ あぶらあげ しろみそ	れんこん たまねぎ にんじん さやいんげん ゆず ほうれんそう はくさい もやし だいこん ごぼう こんにゃく なましいたけ ねぎ	448 19.9
26	木	ミニパン ぎゅうにゅう さといものみそマヨネーズやき ◆れんこんのサラダ かぶのスープ	パン さといも あぶら マヨネーズ さとう じゃがいも	ぎゅうにゅう ぶたにく みそ チキンハム とりにく	たまねぎ にんじん パセリ れんこん キャベツ えだまめ かぶ はくさい えのきたけ さやいんげん	471 16.5
27	金	ごはん ぎゅうにゅう スタミナなっとう かぼちゃとさつまいものサラダ けんちんじる	ごはん さとう あぶら さつまいも マヨネーズ さといも	ぎゅうにゅう なっとう ぶたにく チキンハム とうふ あぶらあげ	にら にんじん にんにく しょうが かぼちゃ えだまめ だいこん ごぼう しめじ こんにゃく ねぎ	438 15.1
30	月	ごはん ぎゅうにゅう ◆かつおのカレーあげ だいこんとぶたにくのにもの のっぺいじる	ごはん でんぷん あぶら さとう さといも	ぎゅうにゅう かつお ぶたにく とりにく	しょうが だいこん チンゲンサイ かぶ にんじん ごぼう しめじ こんにゃく ねぎ	443 19.9