



令和6年 11月 献立表



※ 献立は都合により変更する場合があります。

※ のついているところは、アレルギーを含むお菓子を使用することもあります。

亀井野保育園

日付	曜日	午前おやつ 0~1歳児	普通食 昼食	午後 おやつ	保育園 一日の栄養量 0.1歳クラスは朝おやつのお食分も含まれています								炭水化物 脂質 (力になる 黄の食品)	たんぱく質 (血になる 赤の食品)	ビタミン (体を整える 緑の食品)	アレルギー					
					熱量(kcal)		蛋白質(g)		脂質(g)		塩分(g)					卵	乳	いくら	キウイ フルーツ	山いも	ピーナッツ
					幼児	乳児	幼児	乳児	幼児	乳児	幼児	乳児									
1	金	ぎゅうにゅう おかし	さけふりかけ さつまいもコロッケ サラダな さんしょくナムル みそしる	ぎゅうにゅう フルーツゼリー おかし	536	490	18.2	17.1	10.5	12.7	1.2	1.1	ごはん	ぶた ひきにく	ほうれん そう	※	○	※	※	※	※
2	16 土	むぎちや おかし	マーボーはるさめどんぶり きりぼしだいこんのサラダ みそしる	むぎちや おかし フルーツ	650	538	16.8	14.0	15.3	13.6	1.8	1.5	ごはん	ぶた ひきにく	きりぼし だいこん						
18 月	ぎゅうにゅう おかし	ぎゅうにゅう ブロッコリーとツナのサンドイッチ ジャーマンポテト カレースープ	むぎちや たぬきおむぎめん	576	534	20.3	19.0	26.5	25.6	2.6	2.0	しよく パン	ツナ	ブロッコリー	○						
5 19 火	ぎゅうにゅう おかし	さつまいもごはん さけのみみじやき ちくぜんに みそしる	ぎゅうにゅう のりじゃこチップス	536	500	27.8	24.6	17.7	18.4	2	1.7	ごはん	さけ	きやべつ	○						
6 20 水	ぎゅうにゅう おかし	はくさいとぶたにくのうどん かぼちゃサラダ ラッシー	6日ぎゅうにゅう/20日むぎちや とりごぼうピラフ	596	555	24.0	22.0	21.6	21.5	2.8	2.2	うどん	ぶたにく	かぼちゃ	○						
7 21 木	ぎゅうにゅう おかし	シーフードカレー れんこんののりしおいため マスカットラッシー	ぎゅうにゅう 7日 おからドーナッツ 21日さつまいもパイ	688	620	22.3	20.4	24.7	24.3	2.6	2.0	ごはん	いか えび あさり	れんこん	○						
8 22 金	ぎゅうにゅう おかし	とりのみそやき ブロッコリー スパゲッティサラダ なつとうじる	0.1歳ラッシー おかし 2歳~むぎちや フルーツヨーグルト おかし	620	570	27.8	25.0	16.2	17.2	2.3	1.9	ごはん	とりにく	はくさい	※	○	※	※	※	※	
9 30 土	むぎちや おかし	やさいあんかけどんぶり もやしのマヨサラダ みそしる	むぎちや おかし フルーツ	560	470	13.2	11.0	15.3	13.7	1.7	1.4	ごはん	ぶたにく	もやし							
11 25 月	ぎゅうにゅう おかし	11日おせきはん/25日ごまごはん かじきのきのこあんかけ コールスローサラダ すましじる	ぎゅうにゅう 11日 乳児)パンケーキ 幼児)ちとせあめふうスティックパイ 25日おかし フルーツ	624	564	24.0	22.8	27.0	23.3	2.0	1.8	ごはん	かじき	きやべつ	○						
12 26 火	ぎゅうにゅう おかし	サンマーメン こんにやくとこんさいのにももの レモンラッシー	ぎゅうにゅう ツナマヨコーントースト	570	545	25.0	23.2	22.6	23.2	2.8	2.2	ちゅうか めん	ぶたにく	だいこん	○	○					
13 27 水	ぎゅうにゅう おかし	しょうがやき サラダな ブロッコリーのおかかマヨあえ みそしる	ぎゅうにゅう 13日スイートポテト 27日さつまいもようかん	595	550	24.6	22.3	18.3	19.0	2.1	1.6	ごはん	ぶたにく	ブロッコ リー	○						
14 28 木	ぎゅうにゅう おかし	ぎゅうにゅう デニッシュパン チキンソテー あきやさいのポトフ	むぎちや かやくごはん	600	550	26.3	24.0	30.2	28.5	2.2	1.8	デニッシュ パン	とりにく	れんこん	○	○					
15 29 金	ぎゅうにゅう おかし	ぎゅうにくとさといものいために ほうれんそうのごまあえ みそしる	ぎゅうにゅう パバロア おかし	673	607	20.1	18.7	26.7	25.5	2.7	2.1	ごはん	ぎゅう にく	ほうれん そう	※	○	※	※	※	※	
誕生会 14 木	ぎゅうにゅう おかし	さつまいもごはん からあげ サラダな ミントマト けんちんじる	ぎゅうにゅう 乳児)おいものパンケーキ 幼児)おいものスティックパイ	640	540	26.5	24.4	25.0	19.5	1.7	1.4	ごはん	とりにく	さといも	○						



子どもの成長を祝う 七五三

これからも元気にすくすく育ちますように・・・
給食室からお祝いの気持ちを込めてお赤飯や
千歳あめ風スティックパイを提供します。



★10月に行ったさつまいも掘りで沢山のさつまいもが収穫出来ました!
しばらく寝かせて、甘みを蓄えたさつまいも。いろんなメニューに変身して登場し
ていきます!お楽しみに!

このマークの日はさつまいもを使った
メニューを提供します!