



わんぱく保育園献立表 (11月分)



9:30			11:00			15:00			離乳食				
日	曜	おやつ	昼食	おやつ	初期	中期	後期	後期	後期	後期	後期	後期	後期
1	火	牛乳 ビスケット	ご飯 さつま芋の味噌汁 ひじきの煮付 白ごまつくね	ヨーグルト和え	10倍かゆ さつま芋マッシュ	7倍かゆ 清汁 さつま芋のやわらか煮	7倍かゆ 小松菜スープ 煮豆腐	5倍かゆ 清汁 さつま芋のやわらか煮	5倍かゆ 小松菜スープ 煮豆腐				
2	水	牛乳 コーンスナック	ご飯 人参の清汁 じゃが芋と豚肉のうま煮 マカロニサラダ	牛乳 ココアケーキ	10倍かゆ きやべつマッシュ	7倍かゆ 味噌汁 麩のあげぼの煮	7倍かゆ 清汁 グリーンピースのやわらか煮	5倍かゆ 味噌汁 麩のあげぼの煮	5倍かゆ 清汁 グリーンピースのやわらか煮				
4	金	牛乳 ウエハース	ご飯 ほうれん草スープ 鯖の味噌煮 三色和え	お茶	10倍かゆ 白身魚のマッシュ	7倍かゆ ほうれん草スープ 煮魚	7倍かゆ 味噌汁 じゃが芋の甘煮	5倍かゆ ほうれん草スープ 煮魚	5倍かゆ 味噌汁 じゃが芋の甘煮				
5	土	牛乳 せんべい	ご飯 野菜のごま味噌汁 鶏肉と南瓜の煮物	牛乳 ポーロ	10倍かゆ 南瓜マッシュ	7倍かゆ 清汁 きやべつのうま煮	7倍かゆ おじやかゆ 南瓜のうま煮	5倍かゆ 清汁 きやべつのうま煮	5倍かゆ おじやかゆ 南瓜のうま煮				
7	月	牛乳 お米スナック	ご飯 わかめスープ 煮込みハンバーグ ミックス野菜	牛乳 ふかし芋	10倍かゆ ブロッコリーマッシュ	7倍かゆ 豆腐スープ ブロッコリーのうま煮	7倍かゆ 味噌汁 人参のじゃこ煮	5倍かゆ 豆腐スープ ブロッコリーのうま煮	5倍かゆ 味噌汁 人参のじゃこ煮				
8	火	牛乳 せんべい	ご飯 南瓜の味噌汁 牛肉の甘辛煮 白菜の和え物	牛乳 いちご蒸しパン	10倍かゆ 白菜マッシュ	7倍かゆ 清汁 白菜のうま煮	7倍かゆ 南瓜のスープ 麩のあげぼの煮	5倍かゆ 清汁 白菜のうま煮	5倍かゆ 南瓜のスープ 麩のあげぼの煮				
9	水	牛乳 ビスケット	ご飯 麩の清汁 五目煮豆 シルバーサラダ	牛乳 フルーツ和え	10倍かゆ きやべつマッシュ	7倍かゆ 味噌汁 きやべつのじゃこ煮	7倍かゆ 清汁 人参のそぼろ煮	5倍かゆ 味噌汁 きやべつのじゃこ煮	5倍かゆ 清汁 人参のそぼろ煮				
10	木	牛乳 サブレ	ご飯 大根の味噌汁 赤魚の煮付 しょうゆフレンチ	牛乳 ポテト餅	10倍かゆ 魚のくず煮	7倍かゆ わかめスープ 煮魚	7倍かゆ 味噌汁 じゃが芋の青のり和え	5倍かゆ わかめスープ 煮魚	5倍かゆ 味噌汁 じゃが芋の青のり和え				
11	金	牛乳 ノンフライチップ	ご飯 おでん風煮物 チンゲン菜の磯香和え バナナ	牛乳 ぶどうゼリー	10倍かゆ 大根のマッシュ	7倍かゆ 清汁 大根の煮物	7倍かゆ 豆腐スープ きやべつのやわらか煮	5倍かゆ 清汁 大根の煮物	5倍かゆ 豆腐スープ きやべつのやわらか煮				
12	土	牛乳 せんべい	ご飯 わんぱくカレー パンサンデー	牛乳 あられ	10倍かゆ 野菜マッシュ	7倍かゆ 味噌汁 麩のべたべた煮	7倍かゆ おじやかゆ グリーンピースのやわらか煮	5倍かゆ 味噌汁 麩のべたべた煮	5倍かゆ おじやかゆ グリーンピースのやわらか煮				
14	月	牛乳 ビスケット	ご飯 南瓜の味噌汁 栄養さんびら ブロッコリーとりんごのサラダ	牛乳 カレー風味のホットケーキ	10倍かゆ ブロッコリーマッシュ	7倍かゆ 清汁 ブロッコリーのうま煮	7倍かゆ 南瓜のスープ 人参のじゃこ煮	5倍かゆ 清汁 ブロッコリーのうま煮	5倍かゆ 南瓜のスープ 人参のじゃこ煮				
15	火	牛乳 コーンスナック	ご飯 高野のスープ 豚肉のうま煮 もやしのごま酢和え	牛乳 芋ようかん	10倍かゆ さつま芋マッシュ	7倍かゆ 味噌汁 高野豆腐のうま煮	7倍かゆ 清汁 人参のごま煮	5倍かゆ 味噌汁 高野豆腐のうま煮	5倍かゆ 清汁 人参のごま煮				
16	水	牛乳 クッキー	ご飯 なめこ汁 鶏肉の甘辛煮 野菜ののり和え	牛乳 豆乳ババロア	10倍かゆ チンゲン菜のマッシュ	7倍かゆ 豆腐スープ チンゲン菜のうま煮	7倍かゆ 味噌汁 人参のそぼろ煮	5倍かゆ 豆腐スープ チンゲン菜のうま煮	5倍かゆ 味噌汁 人参のそぼろ煮				
17	木	牛乳 ビスケット	きのこピラフ わかめスープ チキンカツ ポイルキヤベツ みかん	牛乳 ショートケーキ	10倍かゆ 豆腐マッシュ	7倍かゆ 清汁 豆腐の味噌煮	7倍かゆ きやべつスープ グリーンピースのやわらか煮	5倍かゆ 清汁 豆腐の味噌煮	5倍かゆ きやべつスープ グリーンピースのやわらか煮				
18	金	牛乳 クラッカー	ご飯 ビーンズスープ さつま芋のカレー煮 きやべつのゆかり和え	牛乳 変わり焼き	10倍かゆ さつま芋ときやべつマッシュ	7倍かゆ 味噌汁 さつま芋のやわらか煮	7倍かゆ 清汁 きやべつのじゃこ煮	5倍かゆ 味噌汁 さつま芋のやわらか煮	5倍かゆ 清汁 きやべつのじゃこ煮				
19	土	牛乳 せんべい	ご飯 五目汁 牛肉とピーマンの細切り炒め	牛乳 ポーロ	10倍かゆ 野菜マッシュ	7倍かゆ わかめスープ 人参のうま煮	7倍かゆ おじやかゆ じゃこじゃが	5倍かゆ わかめスープ 人参のうま煮	5倍かゆ おじやかゆ じゃこじゃが				
21	月	牛乳 ビスケット	ご飯 ハヤシチュー きやべつと春雨の和え物 柿	牛乳 マカロニきな粉	10倍かゆ きやべつマッシュ	7倍かゆ 清汁 じゃが芋のきな粉和え	7倍かゆ 納豆汁 きやべつのうま煮	5倍かゆ 清汁 じゃが芋のきな粉和え	5倍かゆ 納豆汁 きやべつのうま煮				
22	火	牛乳 紫芋スナック	ご飯 豆腐の清汁 鶏肉の炒り煮 白菜ときやべつの昆布和え	牛乳 チーズ入り蒸しパン	10倍かゆ 白菜マッシュ	7倍かゆ 豆腐スープ 白菜のうま煮	7倍かゆ 味噌汁 麩のあげぼの煮	5倍かゆ 豆腐スープ 白菜のうま煮	5倍かゆ 味噌汁 麩のあげぼの煮				
24	木	牛乳 あられ	ご飯 弓ヶ浜の味噌汁 いわしの梅煮 野菜のごま和え	牛乳 おにぎり	10倍かゆ 魚のくず煮	7倍かゆ 清汁 白身魚の味噌煮	7倍かゆ きやべつスープ ブロッコリーのうま煮	5倍かゆ 清汁 白身魚の味噌煮	5倍かゆ きやべつスープ ブロッコリーのうま煮				
25	金	牛乳 ウエハース	ご飯 わかめの清汁 ゆで大豆と豚肉のかき揚げ 胡瓜のゆかり和え	牛乳 重ね煮	10倍かゆ さつま芋マッシュ	7倍かゆ 味噌汁 麩のべたべた煮	7倍かゆ 清汁 人参のそぼろ煮	5倍かゆ 味噌汁 麩のべたべた煮	5倍かゆ 清汁 人参のそぼろ煮				
26	土	牛乳 ぼん菓子	五目うどん 野菜のツナ和え	牛乳 せんべい	10倍かゆ ポテトマッシュ	7倍かゆ きやべつスープ 白菜のうま煮	7倍かゆ 味噌おじやかゆ じゃこじゃが	5倍かゆ きやべつスープ 白菜のうま煮	5倍かゆ 味噌おじやかゆ じゃこじゃが				
28	月	牛乳 ポテトスナック	ご飯 にゅうめん うの花炒り ウインナー	牛乳 コーンのおやき	10倍かゆ 豆腐マッシュ	7倍かゆ 清汁 煮豆腐	7倍かゆ クリームコーンスープ 麩のべたべた煮	5倍かゆ 清汁 煮豆腐	5倍かゆ クリームコーンスープ 麩のべたべた煮				
29	火	牛乳 せんべい	ご飯 さつま芋の味噌汁 鯖の煮付 大根のごま酢和え	牛乳 ジャムサンド	10倍かゆ 白身魚のマッシュ	7倍かゆ 味噌汁 煮魚	7倍かゆ 清汁 大根の煮物	5倍かゆ 味噌汁 煮魚	5倍かゆ 清汁 大根の煮物				
30	水	牛乳 クッキー	ご飯 大根カレー りんご きやべつとコーンのサラダ	牛乳 ヨーグルト	10倍かゆ 大根マッシュ	7倍かゆ わかめスープ きやべつのやわらか煮	7倍かゆ 味噌汁 じゃが芋の白煮	5倍かゆ わかめスープ きやべつのやわらか煮	5倍かゆ 味噌汁 じゃが芋の白煮				