※ D食では、鰆の日はカラスカレイを使用します。
※ フルーツは、入荷によって異なる場合があります。
※ おやつには牛乳がつきます（おにぎり・ヨーグルト日は除く）
※ 0・1歳の揚げ物は、揚げずに焼いて提供します。

令和　8年　11月　献　立　表　普通食

幼保連携型認定こども園
ポートピア

日	2	3	4	5	6	7	9	10	11	12	13	14	16	17
曜日	月	火	水	木	金	土	月	火	水	木	金	土	月	火
献立	ご飯 鶏の味噌マヨ焼き 小松菜の海苔和え さつま芋の煮物 すまし汁	文化の日	バターロール 鮭のマーマレード焼き じゃが芋のコンソメ煮 コールスローサラダ ミルクスープ フルーツ	ご飯 黒鯛のかば焼き 切干大根の煮物 卵焼き わかめの味噌汁	中華丼 春雨サラダ 卵スープ	焼肉丼 白菜のおかか和え すまし汁 フルーツ	ご飯 鰆のバター醤油焼き 人参の煮物 ごま酢和え 豆腐の味噌汁	ご飯 豚肉と秋野菜の味噌炒め 大福豆の甘煮 白菜のツナマヨ和え すまし汁 フルーツ	バターロール コーンシチュー 野菜のカレーソテー フルーツ	お弁当日	ツナ炊き込みご飯 肉野菜炒め すまし汁 フルーツ	肉うどん 炊き合わせ フルーツ	ご飯 鰆の味噌マヨ焼き 小松菜の海苔和え さつま芋の煮物 すまし汁	ご飯 豆腐つくね 五目豆 野菜のゆかり和え かきたま味噌汁
材料	精白米　押麦 鶏肉　味噌 マヨドレ 小松菜　人参 えのき　海苔佃煮 さつま芋　だし汁 砂糖　醤油 薄揚げ　人参 だし汁　醤油　塩 麩　砂糖　バター		バターロール 鮭　にんにく マーマレード　醤油 じゃが芋　コンソメ キャベツ　人参 コーン　ツナ マヨドレ　塩 ほうれん草　玉葱 ベーコン　牛乳 コンソメ　塩 オレンジ 精白米　押麦 天かす　青のり めんつゆ	精白米　押麦 黒鯛　片栗粉 砂糖　醤油 刻み海苔 切干大根　人参 薄揚げ　干椎茸 ちくわ　だし汁 砂糖　醤油 卵　だし汁 砂糖　醤油　塩 わかめ　薄揚げ だし汁　味噌	精白米　押麦 豚肉　なると 白菜　人参　玉葱 チンゲン菜　生姜 生椎茸　片栗粉 中華だし　醤油 春雨　きゅうり 人参　ハム 酢　砂糖　醤油 卵　小松菜 中華だし　醤油 バナナ りんごジャム ヨーグルト　砂糖	精白米　押麦 豚肉　キャベツ 玉葱　エリンギ 人参　すりごま 砂糖　醤油 白菜　人参 かつお節 醤油　砂糖 大根　薄揚げ だし汁　醤油　塩 オレンジ	精白米　押麦 鰆　薄力粉 バター みりん　醤油 人参　だし汁 砂糖　醤油 キャベツ　もやし ちくわ　すりごま 酢　砂糖　醤油 木綿豆腐　えのき だし汁　味噌 バターロール きな粉　砂糖　油	精白米　押麦 豚肉　れんこん 人参　さつま芋 味噌　砂糖　醤油 大福豆　砂糖　塩 白菜　人参　ツナ マヨドレ　醤油 大根　もやし だし汁　醤油　塩 バナナ	バターロール 鶏肉　コーン コーンクリーム缶 玉葱　人参 じゃが芋　牛乳 グリンピース シチュールウ キャベツ 赤黄パプリカ シャウエッセン カレー粉　塩 オレンジ 精白米　押麦 高野豆腐　人参 卵　砂糖　醤油	 さつま芋　砂糖 豆乳　バター ココアパウダー	精白米　押麦 ツナ　しめじ 人参　ごぼう 薄揚げ　だし汁 砂糖　醤油　塩 豚肉　キャベツ 玉葱　人参 小松菜　なると 中華だし　醤油 ごま油 じゃが芋　白菜 だし汁　醤油　塩 バナナ ヨーグルト　砂糖	うどん　牛肉 玉葱　青葱 色板　だし汁 砂糖　醤油　塩 じゃが芋　人参 ちくわ　だし汁 醤油　砂糖 オレンジ 	精白米　押麦 鮭　味噌 マヨドレ 小松菜　人参 えのき　海苔佃煮 さつま芋　だし汁 砂糖　醤油 薄揚げ　人参 だし汁　醤油　塩 ホットケーキミックス 牛乳　ケチャップ 玉葱　人参 ベーコン シュレッドチーズ	精白米　押麦 鶏ミンチ　玉葱 木綿豆腐　人参 大葉　生姜　片栗粉 砂糖　醤油 大豆　人参 板こんにゃく ごぼう　ちくわ だし汁 砂糖　醤油 きゅうり　もやし ゆかりふりかけ 昆布茶 卵　青葱 だし汁　味噌
おやつ	ふラスク		天かすおにぎり	おかし	ジャムヨーグルト	おかし	きな粉揚げパン	おかし	高野豆腐おにぎり	スイートポテト	プレーンヨーグルト	おかし	ピザまん	おかし

日	18	19	20	21	23	24	25	26	27	28	30
曜日	水	木(お誕生日会)	金	土	月	火	水	木	金	土	月
献立	バターロール 鮭の マーマレード焼き じゃが芋のコンソメ煮 コールスローサラダ ミルクスープ フルーツ	わかめご飯 チキンカツ 卵サラダ 小松菜の煮浸し すまし汁 フルーツ	中華丼 春雨サラダ 卵スープ	焼肉丼 白菜のおかか和え すまし汁 フルーツ	勤労感謝の日	ご飯 豚肉と秋野菜の味噌炒め 大福豆の甘煮 白菜のツナマヨ和え すまし汁 フルーツ	バターロール かぼちゃシチュー 野菜のカレーソテー フルーツ	ご飯 黒鯛のかば焼き 切干大根の煮物 卵焼き わかめの味噌汁	ツナ炊き込みご飯 肉野菜炒め すまし汁 フルーツ	肉うどん 炊き合わせ フルーツ	ご飯 鰆のバター醤油焼き 人参の煮物 ごま酢和え 豆腐の味噌汁
材料	バターロール 鮭　にんにく マーマレード　醤油 じゃが芋　コンソメ キャベツ　人参 コーン　ツナ マヨドレ　塩 ほうれん草　玉葱 ベーコン　牛乳 コンソメ　塩 オレンジ 精白米　押麦 天かす　青のり めんつゆ	精白米　押麦 わかめふりかけ 鶏肉　パン粉 薄力粉　ソース　油 卵　人参 きゅうり マヨドレ　塩 小松菜　人参 薄揚げ　しめじ ちくわ　だし汁 砂糖　醤油 玉葱　えのき だし汁　醤油　塩 みかん	精白米　押麦 豚肉　なると 白菜　人参　玉葱 チンゲン菜　生姜 生椎茸　片栗粉 中華だし　醤油 春雨　きゅうり 人参　なると 酢　砂糖　醤油 ごま油 卵　小松菜 中華だし　醤油 バナナ りんごジャム ヨーグルト　砂糖	精白米　押麦 豚肉　キャベツ 玉葱　エリンギ 人参　すりごま 砂糖　醤油 白菜　人参 かつお節 醤油　砂糖 大根　薄揚げ だし汁　醤油　塩 みかん		精白米　押麦 豚肉　れんこん 人参　さつま芋 味噌　砂糖　醤油 大福豆　砂糖　塩 白菜　人参　ツナ マヨドレ　醤油 大根　もやし だし汁　醤油　塩 バナナ	バターロール 鶏肉　南瓜 玉葱　人参 しめじ　牛乳 じゃが芋 グリンピース シチュールウ キャベツ 赤黄パプリカ シャウエッセン カレー粉　塩 オレンジ 精白米　押麦 高野豆腐　人参 卵　砂糖　醤油	精白米　押麦 黒鯛　片栗粉 砂糖　醤油 刻み海苔 切干大根　人参 薄揚げ　干椎茸 ちくわ　だし汁 砂糖　醤油 卵　だし汁 砂糖　醤油　塩 わかめ　薄揚げ だし汁　味噌	精白米　押麦 ツナ　しめじ 人参　ごぼう 薄揚げ　だし汁 砂糖　醤油　塩 豚肉　キャベツ 玉葱　人参 小松菜　なると 中華だし　醤油 ごま油 じゃが芋　白菜 だし汁　醤油　塩 バナナ ヨーグルト　砂糖	うどん　牛肉 玉葱　青葱 色板　だし汁 砂糖　醤油　塩 じゃが芋　人参 ちくわ　だし汁 醤油　砂糖 オレンジ 	精白米　押麦 鰆　薄力粉 バター みりん　醤油 人参　だし汁 砂糖　醤油 キャベツ　もやし ちくわ　すりごま 酢　砂糖　醤油 木綿豆腐　えのき だし汁　味噌 ホットケーキミックス 牛乳　ケチャップ 玉葱　人参 ベーコン シュレッドチーズ
おやつ	天かすおにぎり	タルト	ジャムヨーグルト	おかし		おかし	高野豆腐おにぎり	おかし	プレーンヨーグルト	おかし	ピザまん



今月の献立は、
冬が旬のさつま芋やごぼう、
れんこんなどの根菜類や
生姜、味噌など
からだを温める効果のある
食材を取り入れています。
からだを温めることで
免疫力が高まるので、
しっかり食べて
寒さに負けないからだを
作りましょう！

お弁当日の手作りおやつは
スイートポテトです。
お楽しみに♪

