

令和5年11月献立表（5歳児ひまわり組・4歳児つくし組・3歳児たんぽぽ組・2歳児うさぎ組） 樹辻こども園							
日	曜	お昼メニュー	材料	おやつメニュー	材料	熱量(kcal) 蛋白質(g)	備考
1	水	ごはん 豚肉と野菜の生姜焼き 大根と油揚げの味噌汁	米 豚肉 玉葱 人参 きやべつ もやし ビーマン コーン しょう油 みりん 酒 生姜 油 大根 油揚げ 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし	牛乳 幼児組)りんご 源氏パイ うさぎ組)えび小丸	牛乳 りんご ☆ ☆ ☆	447 21.5	☆うさぎ1組クッキング☆ ライス風お好み焼きを 作って食べます♪
2	木	ごはん 白身魚のホイル焼き えのきと若布のすまし汁	米 カレイ 塩 玉葱 人参 しめじ もやし マッシュルーム コーン パター ポン酢 えのき 若布 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし かつおぶし さばぶし	牛乳 おいもパイ じゃこ気分	牛乳 パイシート さつまいも 砂糖 みりん ☆ ☆ ☆	463 24.4	ひまわり1組伊丹スカイパーク遠足♪
3	金	 休園（文化の日） 					☆今月のお米☆ 小杉農園のきぬひかり・ ミルキーQueenです♪
4	土	中華丼 チーズ ごはん	米 豚肉 玉葱 人参 白菜 小松菜 えび コーン 中華だし しょう油 みりん 酒 生姜 にんにく 片栗粉 チーズ	ジュース お菓子	りんごジュース ☆ ☆ ☆	521 12.1	家庭保育協力日
6	月	高野豆腐と豚肉の煮物 ほうれん草と数の味噌汁	高野豆腐 豚肉 人参 しめじ 油揚げ こんにゃく グリンピース 砂糖 しょう油 みりん 酒 かつおだし ほうれん草 数 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし	牛乳 さきいか バタークッキー	牛乳 ☆ ☆ ☆	457 31.5	今月この地域の旬(たくさん出回りおいしく食べられる食材)は 大根・白栗・りんご です。給食のメニューにも取り入れているので、何が入っているか探してみてくださいね♪
7	火	きつねうどん おからサラダ かりかり魚	うどん 油揚げ 玉葱 人参 かつおだし 砂糖 しょう油 みりん 酒 おから ブロッコリー ハム ツナ コーン 砂糖 しょう油 酢 マヨネーズ 煮干し 油	牛乳 きな粉おむすび ブリッツ(旨サラダ味) うさぎ組)牛乳 幼児組)柿 エントリー	牛乳 ※ きな粉 砂糖 ☆ ☆ ☆ 牛乳 柿 ☆ ☆ ☆	563 27.5	ひまわり2組伊丹スカイパーク遠足♪ ☆つくし2組クッキング☆豆腐ときやべつのお好み焼きを作って食べます♪
8	水	チーズカレー フレンチサラダ 幼児)牛乳 うさぎ組)野菜ジュース	米 豚肉 じゃがいも 玉葱 人参 りんご パナナ はちみつ スキムミルク カレーウ ケチャップ サラダチーズ サラダチーズ コンソメ ブイヨン きやべつ ブロッコリー ひじき ハム ツナ コーン フレンチドレッシング 牛乳 野菜ジュース	牛乳 うさぎ組)ソフトせんべい	牛乳 ☆ ☆ ☆	585 20.0	たんぽぽ2組皇子が丘公園遠足♪
9	木	ごはん 鮭のきのこあんかけ 小松菜と油揚げの味噌汁	米 鮭 塩 えのき しめじ 玉葱 片栗粉 砂糖 しょう油 みりん 酒 かつおだし 小松菜 油揚げ 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし	牛乳 ルヴァン おにぎりせんべい	牛乳 ☆ ☆ ☆	435 29.2	☆ひよこ1組クッキング☆ ホットケーキを作って食べます♪
10	金	ごはん 鶏肉のすき焼き風煮 若布とかまぼこのすまし汁	米 鶏肉 玉葱 人参 白菜 しめじ 白ねぎ こんにゃく 数 厚揚げ かつおだし 砂糖 しょう油 みりん 酒 若布 かまぼこ 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし かつおぶし さばぶし	牛乳 ぼんち揚げ オールレーズン	牛乳 ☆ ☆ ☆	440 31.0	つくし2組梅小路公園遠足♪ ☆ひまわり2組クッキング☆ お好み焼きを作って食べます♪
11	土	野菜あんかけ丼 ゼリー	米 豚肉 玉葱 人参 白菜 しめじ 小松菜 三つ葉 さつま揚げ かつおだし しょう油 みりん 酒 片栗粉 ゼリー	ジュース お菓子	りんごジュース ☆ ☆ ☆	364 13.5	家庭保育協力日
13	月	パン ささみチーズカツ コンソメスープ	パン 鶏ささみ ナチュラルチーズ パン粉 小麦粉 油 白菜 玉葱 人参 じゃがいも ベーコン マッシュルーム コーン コンソメ ブイヨン しょう油 みりん 酒 塩	牛乳 星食べよ きな粉せんべい	牛乳 ☆ ☆ ☆	475 22.4	
14	火	ごはん 白身魚のホイル焼き えのきと若布のすまし汁	米 カレイ 塩 玉葱 人参 しめじ もやし マッシュルーム コーン パター ポン酢 えのき 若布 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし かつおぶし さばぶし	牛乳 アマリカンドッグ じゃこ気分	牛乳 ☆ ☆ ☆	471 27.3	つくし1組梅小路公園遠足♪
15	水	ミートスパゲティ ポテトサラダ ゼリー ごはん	スパゲティ 豚ミンチ 玉葱 人参 しめじ マッシュルーム コーン グリンピース コンソメ ブイヨン ケチャップ 砂糖 じゃがいも ブロッコリー ハム ツナ コーン マヨネーズ ゼリー	ヨーグルト プルーンソース えび満月	ヨーグルト 砂糖 プルーン ☆ ☆ ☆	561 21.4	たんぽぽ1組皇子が丘公園遠足♪ ☆ひよこ2組クッキング☆ ホットケーキを作って食べます♪
16	木	豚肉と野菜の生姜焼き 大根と油揚げの味噌汁	米 豚肉 玉葱 人参 きやべつ もやし ビーマン コーン しょう油 みりん 酒 生姜 油 大根 油揚げ 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし	牛乳 ぱりんこ たべっこうぶつ	牛乳 ☆ ☆ ☆	533 22.6	
17	金	他人丼 ひじきときのこの和え物 小魚フィッシュ	米 豚肉 玉葱 人参 しめじ 三つ葉 厚揚げ 砂糖 しょう油 みりん 酒 かつおだし ひじき しめじ えのき きゅうり ツナ マヨネーズ 白味噌 砂糖 酒 小魚フィッシュ	牛乳 幼児組)りんご 源氏パイ うさぎ組)えび小丸	牛乳 りんご ☆ ☆ ☆	400 20.9	☆うさぎ2組クッキング☆ ライス風お好み焼きを 作って食べます♪
18	土	中華丼 チーズ ごはん	米 豚肉 玉葱 人参 白菜 小松菜 えび コーン 中華だし しょう油 みりん 酒 生姜 にんにく 片栗粉 チーズ	ジュース お菓子	りんごジュース ☆ ☆ ☆	521 12.1	家庭保育協力日
20	月	高野豆腐と豚肉の煮物 ほうれん草と数の味噌汁	高野豆腐 豚肉 人参 しめじ 油揚げ こんにゃく グリンピース 砂糖 しょう油 みりん 酒 かつおだし ほうれん草 数 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし	牛乳 さきいか バタークッキー うさぎ組)牛乳 幼児組)柿 エントリー	牛乳 ☆ ☆ ☆ 牛乳 柿 ☆ ☆ ☆	438 31.4	☆たんぽぽ2組クッキング☆ ホットケーキを作って食べます♪
21	火	チーズカレー フレンチサラダ 幼児組)牛乳 うさぎ組)野菜ジュース	米 豚肉 じゃがいも 玉葱 人参 りんご パナナ はちみつ スキムミルク カレーウ ケチャップ サラダチーズ サラダチーズ コンソメ ブイヨン きやべつ ブロッコリー ひじき ハム ツナ コーン フレンチドレッシング 牛乳 野菜ジュース	牛乳 うさぎ組)ソフトせんべい	牛乳 ☆ ☆ ☆	563 19.6	
22	水	きつねうどん おからサラダ かりかり魚	うどん 油揚げ 玉葱 人参 かつおだし 砂糖 しょう油 みりん 酒 おから ブロッコリー ハム ツナ コーン 砂糖 しょう油 酢 マヨネーズ 煮干し 油	牛乳 白い風船 ブリッツ(旨サラダ味)	牛乳 ☆ ☆ ☆	324 17.6	☆たんぽぽ1組クッキング☆ ホットケーキを作って食べます♪
23	木	 休園（勤労感謝の日） 					
24	金	ごはん 味付けのり 鶏肉のすき焼き風煮 若布とかまぼこのすまし汁	米 味付けのり 鶏肉 玉葱 人参 白菜 しめじ 白ねぎ こんにゃく 数 厚揚げ かつおだし 砂糖 しょう油 みりん 酒 若布 かまぼこ 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし かつおぶし さばぶし	牛乳 ぼんち揚げ お野菜せんべい	牛乳 ☆ ☆ ☆	431 30.7	☆つくし1組クッキング☆ 豆腐とキャベツのお好み焼き を作って食べます♪
25	土	野菜あんかけ丼 ゼリー	米 豚肉 玉葱 人参 白菜 しめじ 小松菜 三つ葉 さつま揚げ かつおだし しょう油 みりん 酒 片栗粉 ゼリー	ジュース お菓子	りんごジュース ☆ ☆ ☆	364 13.5	家庭保育協力日
27	月	ごはん 鮭のきのこあんかけ 小松菜と油揚げの味噌汁	米 鮭 塩 えのき しめじ 玉葱 片栗粉 砂糖 しょう油 みりん 酒 かつおだし 小松菜 油揚げ 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし	牛乳 ルヴァン おにぎりせんべい	牛乳 ☆ ☆ ☆	435 29.2	☆ひまわり1組クッキング☆ お好み焼きを作って食べます♪
28	火	さぼろ丼 えびカツ 豆腐とほうれん草の味噌汁	米 鶏ミンチ 砂糖 しょう油 みりん 酒 コーン 塩 塩 海老 玉葱 パン粉 小麦粉 卵白粉 油 豆腐 ほうれん草 人参 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし ゼリー	ジュース お楽しみワッフル	りんごジュース ワッフル ホイップクリーム 黄桃缶	680 29.7	
29	水	ミートスパゲティ ポテトサラダ ブルー	スパゲティ 豚ミンチ 玉葱 人参 しめじ マッシュルーム コーン グリンピース コンソメ ブイヨン ケチャップ 砂糖 じゃがいも ブロッコリー ハム ツナ コーン マヨネーズ ブルー	牛乳 おからマフィン	牛乳 ホットケーキミックス 卵 おから 塩 砂糖 スキムミルク パター	560 23.9	ひまわり2組万博記念公園遠足♪
30	木	パン ささみチーズカツ コンソメスープ	パン 鶏ささみ ナチュラルチーズ パン粉 小麦粉 油 白菜 玉葱 人参 じゃがいも ベーコン マッシュルーム コーン コンソメ ブイヨン しょう油 みりん 酒 塩	牛乳 星食べよ きな粉せんべい	牛乳 ☆ ☆ ☆	475 22.4	サンプルはたんぽぽ組(3歳児)の分量です。うさぎ組はそれより少なめ、つくし・ひまわり組はそれより多めです。質問などは担任にお聞きください。

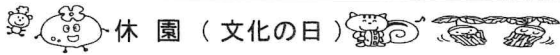
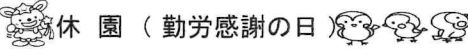
令和5年11月献立表（ふつう食 19ヵ月～） 槻辻こども園

日	曜	お昼メニュー	材料	おやつメニュー	材料	熱量(kcal) 蛋白質(g)	備考
1	水	ごはん 豚肉と野菜の生姜焼き 大根と油揚げの味噌汁	米 豚肉 玉葱 人参 きゃべつ もやし ビーマン コーン しょう油 みりん 酒 生姜 油 大根 油揚げ 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし きばふし	牛乳 バナナ アナンマン幼児ビスケット	牛乳 バナナ ☆ ☆ ☆	344 13.7	☆うさぎ1組クッキング☆ ライス風お好み焼きを 作って食べます♪
2	木	ごはん 白身魚のホイル焼き えのきと若布のすまし汁	米 カレイ 塩 玉葱 人参 しめじ もやし マッシュルーム コーン ハター ポン酢 えのき 若布 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし かつおぶし きばふし	牛乳 おいもパイ マンナウエハース	牛乳 パイシート きん粉 砂糖 みりん ☆ ☆ ☆	285 14.3	ひまわり1組伊丹スカイパーク遠足♪
3	金	 休 園（文化の日） 					☆今月のお米☆ 小杉農園のきぬひかり・ ミルキーQueenです♪
4	土	中華丼 チーズ ごはん	米 豚肉 玉葱 人参 白菜 小松菜 えび コーン 中華だし しょう油 みりん 酒 生姜 にんにく 片栗粉 チーズ	ジュース お菓子	りんごジュース ☆ ☆ ☆	413 10.0	家庭保育協力日
6	月	高野豆腐と豚肉の煮物 ほうれん草と鮎の味噌汁	高野豆腐 豚肉 人参 しめじ 油揚げ こんにゃく クリンピース 砂糖 しょう油 みりん 酒 かつおだし ほうれん草 鮎 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし きばふし	牛乳 無限海老 バタークッキー	牛乳 ☆ ☆ ☆	291 17.6	今月この地域の旬(たけなん)出回りおいしく食べられる食材は、大根・白菜・りんご・柿です。給食のメニューにも取り入れているので、何が入っているか探してみてくださいね♪
7	火	きつねうどん おからサラダ りんごゼリー	うどん 油揚げ 玉葱 人参 かつおだし 砂糖 しょう油 みりん 酒 おから ブロッコリー ハム ツナ コーン 砂糖 しょう油 酢 マヨネーズ りんごジュース ゼラチン 砂糖	牛乳 きな粉おむすび ブリッツ(旨サラダ味)	牛乳 ☆ ☆ ☆	355 13.8	ひまわり2組伊丹スカイパーク遠足♪ ☆つくし2組クッキング☆豆腐ときゃべつのお好み焼きを作って食べます♪
8	水	チーズカレー フレッシュサラダ 野菜ジュース	米 豚肉 じゃがいも 玉葱 人参 りんご パナナ はちみつ スキムミルク カレー粉 サラダチーズ コンソメ ブイヨン きゃべつ ブロッコリー ひじき ハム ツナ コーン フレンチドレッシング 野菜ジュース	牛乳 エントリー ソフトせんべい	牛乳 ☆ ☆ ☆	416 12.1	たんぽぽ2組皇子が丘公園遠足♪
9	木	鮭のきのこあんかけ 小松菜と油揚げの味噌汁	米 鮭 えのき しめじ 玉葱 片栗粉 砂糖 しょう油 みりん 酒 かつおだし 小松菜 油揚げ 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし きばふし	牛乳 ルヴァン おにぎりせんべい	牛乳 ☆ ☆ ☆	285 18.4	☆ひよこ1組クッキング☆ ホットケーキを作って食べます♪
10	金	ごはん 味付けのり 鶏肉のすき焼き風煮 若布とかまぼこのすまし汁	米 味付けのり 鶏肉 玉葱 人参 白菜 しめじ 白ねぎ こんにゃく 鮎 厚揚げ かつおだし 砂糖 しょう油 みりん 酒 若布 かまぼこ 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし かつおぶし きばふし	牛乳 ハーベスト(セサミ) お野菜せんべい	牛乳 ☆ ☆ ☆	318 20.0	つくし2組梅小路公園遠足♪ ☆ひまわり2組クッキング☆ お好み焼きを作って食べます♪
11	土	野菜あんかけ丼 オレンジゼリー	米 豚肉 玉葱 人参 白菜 しめじ 小松菜 三つ葉 かつおだし しょう油 みりん 酒 片栗粉 オレンジジュース ゼラチン 砂糖	ジュース お菓子	りんごジュース ☆ ☆ ☆	306 10.9	家庭保育協力日
13	月	パン ささみチーズカツ コンソメスープ	パン 鶏ささみ ナチュラルチーズ パン粉 小麦粉 油 白菜 玉葱 人参 じゃがいも ベーコン マッシュルーム コーン コンソメ ブイヨン しょう油 みりん 酒 塩	牛乳 星食べよ きな粉せんべい	牛乳 ☆ ☆ ☆	354 17.1	毎日朝のおやつ(10時頃) に牛乳があります♪
14	火	ごはん 白身魚のホイル焼き えのきと若布のすまし汁	米 カレイ 塩 玉葱 人参 しめじ もやし マッシュルーム コーン ハター ポン酢 えのき 若布 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし かつおぶし きばふし	牛乳 アメリカンドッグ マンナウエハース	牛乳 ☆ ☆ ☆	344 17.0	つくし1組梅小路公園遠足♪
15	水	ミートスパゲティ ポテトサラダ バナナ ごはん	スパゲティ 豚ミンチ 玉葱 人参 しめじ マッシュルーム コーン クリンピース コンソメ ブイヨン ケチャップ 砂糖 じゃがいも ブロッコリー ハム ツナ コーン マヨネーズ バナナ	ヨーグルト ブルーンソース お野菜せんべい	ヨーグルト 砂糖 ブルーン ☆ ☆ ☆	423 15.6	たんぽぽ1組皇子が丘公園遠足♪ ☆ひよこ2組クッキング☆ ホットケーキを作って食べます♪
16	木	豚肉と野菜の生姜焼き 大根と油揚げの味噌汁	米 豚肉 玉葱 人参 きゃべつ もやし ビーマン コーン しょう油 みりん 酒 生姜 油 大根 油揚げ 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし きばふし	牛乳 ぱりんこ たべっこどうぶつ	牛乳 ☆ ☆ ☆	404 15.4	
17	金	他人丼 ひじきときのこの和え物 りんごゼリー	米 豚肉 玉葱 人参 白菜 しめじ 三つ葉 油揚げ 砂糖 しょう油 みりん 酒 かつおだし ひじき しめじ えのき きゅうり ツナ マヨネーズ 白味噌 砂糖 酒 りんごジュース ゼラチン 砂糖	牛乳 バナナ アナンマン幼児ビスケット	牛乳 バナナ ☆ ☆ ☆	344 13.7	☆うさぎ2組クッキング☆ ライス風お好み焼きを 作って食べます♪
18	土	中華丼 チーズ ごはん	米 豚肉 玉葱 人参 白菜 小松菜 えび コーン 中華だし しょう油 みりん 酒 生姜 にんにく 片栗粉 チーズ	ジュース お菓子	りんごジュース ☆ ☆ ☆	413 10.0	家庭保育協力日
20	月	高野豆腐と豚肉の煮物 ほうれん草と鮎の味噌汁	高野豆腐 豚肉 人参 しめじ 油揚げ こんにゃく クリンピース 砂糖 しょう油 みりん 酒 かつおだし ほうれん草 鮎 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし きばふし	牛乳 無限海老 バタークッキー	牛乳 ☆ ☆ ☆	291 17.6	
21	火	チーズカレー フレッシュサラダ 野菜ジュース	米 豚肉 じゃがいも 玉葱 人参 りんご パナナ はちみつ スキムミルク カレー粉 サラダチーズ コンソメ ブイヨン きゃべつ ブロッコリー ひじき ハム ツナ コーン フレンチドレッシング 野菜ジュース	牛乳 エントリー ソフトせんべい	牛乳 ☆ ☆ ☆	394 11.9	☆たんぽぽ2組クッキング☆ ホットケーキを作って食べます♪
22	水	きつねうどん おからサラダ りんごゼリー	うどん 油揚げ 玉葱 人参 かつおだし 砂糖 しょう油 みりん 酒 おから ブロッコリー ハム ツナ コーン 砂糖 しょう油 酢 マヨネーズ りんごジュース ゼラチン 砂糖	牛乳 白い風船 ブリッツ(旨サラダ味)	牛乳 ☆ ☆ ☆	303 10.1	☆たんぽぽ1組クッキング☆ ホットケーキを作って食べます♪
23	木	 休 園（勤労感謝の日） 					
24	金	ごはん 味付けのり 鶏肉のすき焼き風煮 若布とかまぼこのすまし汁	米 味付けのり 鶏肉 玉葱 人参 白菜 しめじ 白ねぎ こんにゃく 鮎 厚揚げ かつおだし 砂糖 しょう油 みりん 酒 若布 かまぼこ 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし かつおぶし きばふし	牛乳 ハーベスト(セサミ) お野菜せんべい	牛乳 ☆ ☆ ☆	318 20.0	☆つくし1組クッキング☆ 豆腐ときゃべつのお好み焼き を作って食べます♪
25	土	野菜あんかけ丼 オレンジゼリー	米 豚肉 玉葱 人参 白菜 しめじ 小松菜 三つ葉 かつおだし しょう油 みりん 酒 片栗粉 オレンジジュース ゼラチン 砂糖	ジュース お菓子	りんごジュース ☆ ☆ ☆	306 10.9	家庭保育協力日
27	月	ごはん 鮭のきのこあんかけ 小松菜と油揚げの味噌汁	米 鮭 えのき しめじ 玉葱 片栗粉 砂糖 しょう油 みりん 酒 かつおだし 小松菜 油揚げ 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし きばふし	牛乳 ルヴァン おにぎりせんべい	牛乳 ☆ ☆ ☆	285 18.4	☆ひまわり1組クッキング☆ お好み焼きを作って食べます♪
28	火	さぼろ丼 えびカツ 豆腐とほうれん草の味噌汁 りんごゼリー	米 鶏ミンチ 砂糖 しょう油 みりん 酒 コーン 塩 海老 玉葱 パン粉 小麦粉 卵白粉 油 豆腐 ほうれん草 人参 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし きばふし りんごジュース ゼラチン 砂糖	ジュース お楽しみカステラ	りんごジュース カステラ ホイップクリーム 黄桃缶	525 21.2	
29	水	ミートスパゲティ ポテトサラダ バナナ パン	スパゲティ 豚ミンチ 玉葱 人参 しめじ マッシュルーム コーン クリンピース コンソメ ブイヨン ケチャップ 砂糖 じゃがいも ブロッコリー ハム ツナ コーン マヨネーズ バナナ	牛乳 おからマフィン	牛乳 ☆ ☆ ☆	389 14.9	ひまわり2組万博記念公園遠足♪
30	木	ささみチーズカツ コンソメスープ	パン 鶏ささみ ナチュラルチーズ パン粉 小麦粉 油 白菜 玉葱 人参 じゃがいも ベーコン マッシュルーム コーン コンソメ ブイヨン しょう油 みりん 酒 塩	牛乳 星食べよ きな粉せんべい	牛乳 ☆ ☆ ☆	354 17.1	サンプルはベランダに置いて あります。ひよこ(1歳児)組 の分量です。分らないこと は担任にお聞きください。

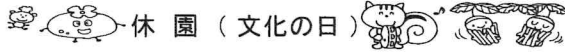
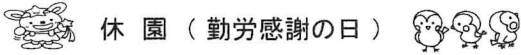
令和5年11月献立表（離乳の完了期 12カ月～18カ月） 機辻こども園

日	曜	お昼メニュー	材料	おやつメニュー	材料	備考
1	水	軟飯 豚肉と野菜の生焼き 大根と油揚げの味噌汁	米 豚肉 玉葱 人参 きゃべつ もやし ビーマン コーン しょう油 みりん 酒 生薬 油 大根 油揚げ 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし きばふし	牛乳 バナナ アンパンマン幼児ビスケット	牛乳 バナナ ☆ ☆ ☆	☆うさぎ1組クッキング☆ ライス風お好み焼きを作って食べます♪
2	木	軟飯 白身魚のホイル焼き えのきと若布のすまし汁	米 カレイ 塩 玉葱 人参 しめじ もやし マッシュルーム コーン バター ポン酢 えのき 若布 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし かつおぶし きばふし	牛乳 おいもパイ マンナウエハース	牛乳 パイシート さつまいも 砂糖 みりん ☆ ☆ ☆	ひまわり1組 伊丹スカイパーク遠足♪
3	金	 休 園（文化の日） 				☆今月のお米☆ 小杉農園のきぬひかり・ ミルクィーQueenです♪
4	土	中華丼 チーズ	米 豚肉 玉葱 人参 白菜 小松菜 えび コーン 中華だし しょう油 みりん 酒 生薬 にんにく 片栗粉 チーズ	ジュース お菓子	りんごジュース ☆ ☆ ☆	家庭保育協力日
6	月	軟飯 高野豆腐と豚肉の煮物 ほうれん草と鮎の味噌汁	米 高野豆腐 豚肉 人参 しめじ 油揚げ こんにやく グリンピース 砂糖 しょう油 みりん 酒 かつおだし ほうれん草 鮎 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし きばふし	牛乳 ジャムサンド ルヴァン	牛乳 サンドパン いちごジャム ☆ ☆ ☆	毎日朝のおやつ(10時頃) に牛乳があります♪
7	火	きつねうどん おからサラダ りんごゼリー	うどん 油揚げ 玉葱 人参 かつおだし 砂糖 しょう油 みりん 酒 おから フロッコリー ハム ツナ コーン 砂糖 しょう油 酢 マヨネーズ りんごジュース セラチン 砂糖	牛乳 きな粉おむすび ソフトせんべい	牛乳 きな粉 砂糖 ☆ ☆ ☆	ひまわり2組伊丹スカイパーク遠足♪ ☆つくし2組クッキング☆豆腐ときゃべつ のお好み焼きを作って食べます♪
8	水	チーズカレー フレンチサラダ 野菜ジュース	米 豚肉 じゃがいも 玉葱 人参 りんご パナナ はちみつ スキムミルク カレールウ サラダチーズ コンソメ ブイヨン きゃべつ フロッコリー ひじき ハム ツナ コーン フレンチドレッシング 野菜ジュース	牛乳 お子様サンド マンナウエハース	牛乳 お子様せんべい ツナ マヨネーズ ☆ ☆ ☆	たんぽぽ2組皇子が丘公園遠足♪
9	木	軟飯 鮭のきのこあんかけ 小松菜と油揚げの味噌汁	米 鮭 塩 えのき しめじ 玉葱 片栗粉 砂糖 しょう油 みりん 酒 かつおだし 小松菜 油揚げ 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし きばふし	牛乳 おいもスティック	牛乳 さつまいも ☆ ☆ ☆	☆ひよこ1組クッキング☆ ホットケーキを作って食べます♪
10	金	軟飯 味噌汁のり 鶏肉のすき焼き風煮 若布とかまぼこのすまし汁	米 味噌 人参 白菜 しめじ 白ねぎ こんにやく 鮎 厚揚げ かつおだし 砂糖 しょう油 みりん 酒 若布 かまぼこ 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし かつおぶし きばふし	牛乳 鮎のラスク お野菜せんべい	牛乳 鮎 バター グラニュー糖 ☆ ☆ ☆	つくし2組梅小路公園遠足♪ ☆ひまわり2組クッキング☆ お好み焼きを作って食べます♪
11	土	野菜あんかけ丼 オレンジゼリー	米 豚肉 玉葱 人参 白菜 しめじ 小松菜 三つ葉 さつま揚げ かつおだし しょう油 みりん 酒 片栗粉 オレンジゼリー セラチン 砂糖	ジュース お菓子	りんごジュース ☆ ☆ ☆	家庭保育協力日
13	月	パン ささみチーズカツ コンソメスープ	パン 鶏ささみ ナチュラルチーズ パン粉 小麦粉 油 白菜 玉葱 人参 じゃがいも ベーコン マッシュルーム コーン コンソメ ブイヨン しょう油 みりん 酒 塩	牛乳 鮭おむすび きな粉せんべい	牛乳 鮭 フレーク ☆ ☆ ☆	 つくし1組梅小路公園遠足♪
14	火	軟飯 白身魚のホイル焼き えのきと若布のすまし汁	米 カレイ 塩 玉葱 人参 しめじ もやし マッシュルーム コーン バター ポン酢 えのき 若布 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし かつおぶし きばふし	牛乳 アメリカンドッグ マンナウエハース	牛乳 ☆ ☆ ☆	たんぽぽ1組皇子が丘公園遠足♪ ☆ひよこ2組クッキング☆ ホットケーキを作って食べます♪
15	水	ミートスパゲティ ポテトサラダ バナナ	スパゲティ 豚ミンチ 玉葱 人参 しめじ マッシュルーム コーン グリンピース コンソメ ブイヨン ケチャップ 砂糖 じゃがいも フロッコリー ハム ツナ コーン マヨネーズ バナナ	ヨーグルト ブルーンソース お野菜せんべい	ヨーグルト 砂糖 ブルーン ☆ ☆ ☆	たんぽぽ1組皇子が丘公園遠足♪ ☆ひよこ2組クッキング☆ ホットケーキを作って食べます♪
16	木	軟飯 豚肉と野菜の生焼き 大根と油揚げの味噌汁	米 豚肉 玉葱 人参 きゃべつ もやし ビーマン コーン しょう油 みりん 酒 生薬 油 大根 油揚げ 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし きばふし	牛乳 シュガートースト たべっこどうぶつ	牛乳 シュガー パン 砂糖 グラニュー糖 ☆ ☆ ☆	今月この地域の旬(たけのこ)出回りおいしく 食べられる食材(は)は大根・白ネ・りんご・柿です。 給食のメニューにも取り入れているので、 旬が入っているか復してみてくださいね♪
17	金	他人丼 ひじきときのこ和え物 りんごゼリー	米 豚肉 玉葱 人参 しめじ 三つ葉 油揚げ 砂糖 しょう油 みりん 酒 かつおだし ひじき しめじ えのき きゅうり ツナ マヨネーズ 白味噌 砂糖 酒 りんごジュース セラチン 砂糖	牛乳 バナナ アンパンマン幼児ビスケット	牛乳 バナナ ☆ ☆ ☆	☆うさぎ2組クッキング☆ ライス風お好み焼きを作って食べます♪
18	土	中華丼 チーズ	米 豚肉 玉葱 人参 白菜 小松菜 えび コーン 中華だし しょう油 みりん 酒 生薬 にんにく 片栗粉 チーズ	ジュース お菓子	りんごジュース ☆ ☆ ☆	家庭保育協力日
20	月	軟飯 高野豆腐と豚肉の煮物 ほうれん草と鮎の味噌汁	米 高野豆腐 豚肉 人参 しめじ 油揚げ こんにやく グリンピース 砂糖 しょう油 みりん 酒 かつおだし ほうれん草 鮎 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし きばふし	牛乳 ジャムサンド ルヴァン	牛乳 サンドパン いちごジャム ☆ ☆ ☆	☆たんぽぽ2組クッキング☆ ホットケーキを作って食べます♪
21	火	チーズカレー フレンチサラダ 野菜ジュース	米 豚肉 じゃがいも 玉葱 人参 りんご パナナ はちみつ スキムミルク カレールウ サラダチーズ コンソメ ブイヨン きゃべつ フロッコリー ひじき ハム ツナ コーン フレンチドレッシング 野菜ジュース	牛乳 お子様サンド マンナウエハース	牛乳 お子様せんべい ツナ マヨネーズ ☆ ☆ ☆	☆たんぽぽ1組クッキング☆ ホットケーキを作って食べます♪
22	水	きつねうどん おからサラダ りんごゼリー	うどん 油揚げ 玉葱 人参 かつおだし 砂糖 しょう油 みりん 酒 おから フロッコリー ハム ツナ コーン 砂糖 しょう油 酢 マヨネーズ りんごジュース セラチン 砂糖	牛乳 若菜おむすび ソフトせんべい	牛乳 若菜 かりん粉 ☆ ☆ ☆	
23	木	 休 園（勤労感謝の日） 				
24	金	軟飯 味噌汁のり 鶏肉のすき焼き風煮 若布とかまぼこのすまし汁	米 味噌 人参 白菜 しめじ 白ねぎ こんにやく 鮎 厚揚げ かつおだし 砂糖 しょう油 みりん 酒 若布 かまぼこ 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし かつおぶし きばふし	牛乳 鮎のラスク お野菜せんべい	牛乳 鮎 バター グラニュー糖 ☆ ☆ ☆	☆つくし1組クッキング☆ 豆腐とキャベツのお好み焼きを作って食べます♪
25	土	野菜あんかけ丼 オレンジゼリー	米 豚肉 玉葱 人参 白菜 しめじ 小松菜 三つ葉 さつま揚げ かつおだし しょう油 みりん 酒 片栗粉 オレンジゼリー セラチン 砂糖	ジュース お菓子	りんごジュース ☆ ☆ ☆	家庭保育協力日
27	月	軟飯 鮭のきのこあんかけ 小松菜と油揚げの味噌汁	米 鮭 塩 えのき しめじ 玉葱 片栗粉 砂糖 しょう油 みりん 酒 かつおだし 小松菜 油揚げ 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし きばふし	牛乳 おいもスティック	牛乳 さつまいも ☆ ☆ ☆	☆ひまわり1組クッキング☆ お好み焼きを作って食べます♪
28 誕生会	火	そぼろ丼 えびカツ 豆腐とほうれん草の味噌汁 りんごゼリー	米 鶏ミンチ 砂糖 しょう油 みりん 酒 コーン 塩 昆布 海老 玉葱 パン粉 小麦粉 卵白粉 油 豆腐 ほうれん草 人参 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし きばふし りんごジュース セラチン 砂糖	ジュース お楽しみカステラ	りんごジュース カステラ ホイップクリーム 黄桃缶 ☆ ☆ ☆	
29	水	ミートスパゲティ ポテトサラダ バナナ	スパゲティ 豚ミンチ 玉葱 人参 しめじ マッシュルーム コーン グリンピース コンソメ ブイヨン ケチャップ 砂糖 じゃがいも フロッコリー ハム ツナ コーン マヨネーズ バナナ	牛乳 おからマフィン	牛乳 ホットケーキミックス 卵 おから 砂糖 マヨネーズ バター ☆ ☆ ☆	ひまわり2組 万博記念公園遠足♪
30	木	パン ささみチーズカツ コンソメスープ	パン 鶏ささみ ナチュラルチーズ パン粉 小麦粉 油 白菜 玉葱 人参 じゃがいも ベーコン マッシュルーム コーン コンソメ ブイヨン しょう油 みりん 酒 塩	牛乳 鮭おむすび きな粉せんべい	牛乳 鮭 フレーク ☆ ☆ ☆	サンプルは毎日お部屋に おいてあります。 是非、見てかえってくださいね。

令和5年11月献立表（離乳後期 10・11ヵ月） 柳辻こども園

日	曜	お昼メニュー	材料	おやつメニュー	材料	備考
1	水	軟飯 ささみとかぼちゃの煮物 玉葱のスープ	米 ささみ かぼちゃ 人参 昆布 しょう油 玉葱 昆布 しょう油	ミルク さつまいもスティック	粉ミルク さつまいも	☆うさぎ1組クッキング☆ ライス風お好み焼きを作って食べます♪
2	木	軟飯 鮭と玉葱の煮物 じゃがいものスープ	米 鮭 玉葱 大根 昆布 しょう油 じゃがいも 昆布 しょう油	ミルク 茹で人参のスティック	粉ミルク 人参 昆布	ひまわり1組伊丹スカイパーク遠足♪
3	金	 休 園（文化の日） 				☆今月のお米☆ 小杉農園のきぬひかり・ ミルクイーンです♪
4	土	軟飯 ささみと野菜の煮物	米 ささみ ブロッコリー 人参 さつまいも 昆布 しょう油	ミルク お菓子	粉ミルク ☆ ☆ ☆	家庭保育協力日
6	月	軟飯 豆腐と人参の煮物 玉葱のスープ	米 豆腐 人参 ささみ 昆布 しょう油 玉葱 じゃがいも 昆布 しょう油	ミルク かぶのおかゆ	粉ミルク 米 かぶ 昆布	毎日朝のおやつ(9時半頃) にミルクがあります♪
7	火	軟飯 白菜とパプリカの煮物 かぼちゃの味噌汁	米 白菜 黄パプリカ ささみ 昆布 しょう油 かぼちゃ 昆布 合わせ味噌	ミルク 大根スティック	粉ミルク 大根 昆布	ひまわり2組伊丹スカイパーク遠足♪ ☆つくし2組クッキング☆豆腐ときゃべつのお好み焼きを作って食べます♪
8	水	軟飯 鱈(すずき)とじゃがいもの煮物 きやべつと玉葱の味噌汁	米 鱈 じゃがいも 人参 昆布 しょう油 きやべつ 玉葱 昆布 合わせ味噌	ミルク かぼちゃのマッシュ	粉ミルク かぼちゃ 昆布	たんぽぽ2組皇子が丘公園遠足♪
9	木	軟飯 ブロッコリーとかぶの煮物 ほうれん草のスープ	米 ブロッコリー かぶ ささみ 昆布 しょう油 ほうれん草 煮干し しょう油	ミルク きな粉ヨーグルト	粉ミルク ヨーグルト きな粉	☆ひよこ1組クッキング☆ ホットケーキを作って食べます♪
10	金	軟飯 大根の煮物 小松菜と玉葱のスープ	米 大根 ささみ 昆布 しょう油 小松菜 玉葱 昆布 しょう油	ミルク じゃがいものマッシュ	粉ミルク じゃがいも 玉葱 昆布	つくし2組梅小路公園遠足♪ ☆ひまわり2組クッキング☆ お好み焼きを作って食べます♪
11	土	軟飯 ささみと野菜の煮物	米 ささみ ブロッコリー 人参 さつまいも 昆布 しょう油	ミルク お菓子	粉ミルク ☆ ☆ ☆	家庭保育協力日
13	月	軟飯 鯛と人参の煮物 きやべつとブロッコリーの味噌汁	米 鯛 人参 昆布 しょう油 きやべつ ブロッコリー 昆布 合わせ味噌	ミルク りんごのコンポート	粉ミルク りんご	
14	火	軟飯 かぶとブロッコリーの煮物 チンゲン菜のスープ	米 かぶ ブロッコリー ささみ 昆布 しょう油 チンゲン菜 煮干し しょう油	ミルク チーズリゾット	粉ミルク 米 粉チーズ	つくし1組梅小路公園遠足♪
15	水	軟飯 ささみとかぼちゃの煮物 玉葱のスープ	米 ささみ かぼちゃ 人参 昆布 しょう油 玉葱 昆布 しょう油	ミルク きな粉ヨーグルト	粉ミルク ヨーグルト きな粉	たんぽぽ1組皇子が丘公園遠足♪ ☆ひよこ2組クッキング☆ ホットケーキを作って食べます♪
16	木	軟飯 鮭と玉葱の煮物 じゃがいものスープ	米 鮭 玉葱 大根 昆布 しょう油 じゃがいも 昆布 しょう油	ミルク かぶのおかゆ	粉ミルク 米 かぶ 昆布	今月この地域の旬(たくさん出回りおいしく食べられる食材)は大根・白菜・りんご・柿です。 離乳食のメニューにも取り入れているので、何が入っているか探してみてくださいね♪
17	金	軟飯 さつまいもの煮物 人参の味噌汁	米 さつまいも チンゲン菜 ささみ 昆布 しょう油 人参 昆布 合わせ味噌	ミルク 大根スティック	粉ミルク 大根 昆布	☆うさぎ2組クッキング☆ ライス風お好み焼きを作って食べます♪
18	土	軟飯 ささみと野菜の煮物	米 ささみ さつまいも 白菜 人参 昆布 しょう油	ミルク お菓子	粉ミルク ☆ ☆ ☆	家庭保育協力日
20	月	軟飯 豆腐と人参の煮物 玉葱のスープ	米 豆腐 人参 ささみ 昆布 しょう油 玉葱 じゃがいも 昆布 しょう油	ミルク さつまいもスティック	粉ミルク さつまいも	
21	火	軟飯 白菜とパプリカの煮物 かぼちゃの味噌汁	米 白菜 黄パプリカ ささみ 昆布 しょう油 かぼちゃ 昆布 合わせ味噌	ミルク 茹で人参のスティック	粉ミルク 人参 昆布	☆たんぽぽ2組クッキング☆ ホットケーキを作って食べます♪
22	水	軟飯 鱈(すずき)とじゃがいもの煮物 きやべつと玉葱の味噌汁	米 鱈 じゃがいも 人参 昆布 しょう油 きやべつ 玉葱 昆布 合わせ味噌	ミルク かぼちゃのマッシュ	粉ミルク かぼちゃ 昆布	☆たんぽぽ1組クッキング☆ ホットケーキを作って食べます♪
23	木	 休 園（勤労感謝の日） 				
24	金	軟飯 大根の煮物 小松菜と玉葱のスープ	米 大根 ささみ 昆布 しょう油 小松菜 玉葱 昆布 しょう油	ミルク じゃがいものマッシュ	粉ミルク じゃがいも 玉葱 昆布	☆つくし1組クッキング☆ 豆腐ときゃべつのお好み焼きを 作って食べます♪
25	土	軟飯 ささみと野菜の煮物	米 ささみ さつまいも 白菜 人参 昆布 しょう油	ミルク お菓子	粉ミルク ☆ ☆ ☆	家庭保育協力日
27	月	軟飯 鯛と人参の煮物 きやべつとブロッコリーの味噌汁	米 鯛 人参 昆布 しょう油 きやべつ ブロッコリー 昆布 合わせ味噌	ミルク きな粉がゆ	粉ミルク 米 きな粉	☆ひまわり1組クッキング☆ お好み焼きを作って食べます♪
28 誕生会	火	軟飯 ささみと野菜のマッシュ カラフルスープ	米 ささみ じゃがいも ブロッコリー 昆布 しょう油 人参 黄パプリカ 煮干し しょう油	ミルク りんごとさつまいもの重ね煮	粉ミルク りんご さつまいも	
29	水	軟飯 ブロッコリーとかぶの煮物 ほうれん草のスープ	米 ブロッコリー かぶ ささみ 昆布 しょう油 ほうれん草 煮干し しょう油	ミルク かぼちゃのマッシュ	粉ミルク かぼちゃ 昆布	ひまわり2組 万博記念公園遠足♪
30	木	軟飯 さつまいもの煮物 人参の味噌汁	米 さつまいも チンゲン菜 ささみ 昆布 しょう油 人参 昆布 合わせ味噌	ミルク りんごのコンポート	粉ミルク りんご	サンプルは毎日お部屋に おいてあります。 是非、見てかえってくださいね。

令和5年11月献立表（離乳中期 7～9ヵ月） 柳辻こども園

日	曜	お昼メニュー	材料	おやつメニュー	材料	備考
1	水	おかゆ ささみとかぼちゃの煮物 玉葱のスープ	米 ささみ かぼちゃ 人参 昆布 玉葱 昆布	ミルク	ミルク	☆うさぎ1組クッキング☆ ライス風お好み焼きを作って食べます♪
2	木	おかゆ 鮭と玉葱の煮物 じゃがいものスープ	米 鮭 玉葱 大根 昆布 じゃがいも 昆布	ミルク	ミルク	ひまわり1組伊丹スカイパーク遠足♪
3	金	 休 園（文化の日）				☆今月のお米☆ 小杉農園のさぬひかり・ ミルクイーグインです♪
4	土	軟飯 ささみと野菜の煮物	米 ささみ ブロッコリー 人参 さつまいも 昆布	ミルク	ミルク	家庭保育協力日
6	月	おかゆ 豆腐と人参の煮物 玉葱のスープ	米 豆腐 人参 ささみ 昆布 玉葱 じゃがいも 昆布	ミルク	ミルク	毎日朝のおやつ(9時半頃) にミルクがあります♪
7	火	おかゆ 白菜とパプリカの煮物 かぼちゃのスープ	米 白菜 黄パプリカ ささみ 昆布 かぼちゃ 昆布	ミルク	ミルク	ひまわり2組伊丹スカイパーク遠足♪ ☆つくし2組クッキング☆豆腐ときゃべつのお好み焼きを作って食べます♪
8	水	おかゆ 鱈(すずき)とじゃがいもの煮物 きゃべつと玉葱のスープ	米 鱈 じゃがいも 人参 昆布 きゃべつ 玉葱 昆布	ミルク	ミルク	たんぽぽ2組皇子が丘公園遠足♪
9	木	おかゆ ブロッコリーとかぶの煮物 ほうれん草のスープ	米 ブロッコリー かぶ ささみ 昆布 ほうれん草 昆布	ミルク	ミルク	☆ひよこ1組クッキング☆ ホットケーキを作って食べます♪
10	金	おかゆ 大根の煮物 小松菜と玉葱のスープ	米 大根 ささみ 昆布 小松菜 玉葱 昆布	ミルク	ミルク	つくし2組梅小路公園遠足♪ ☆ひまわり2組クッキング☆ お好み焼きを作って食べます♪
11	土	軟飯 ささみと野菜の煮物	米 ささみ ブロッコリー 人参 さつまいも 昆布	ミルク	ミルク	家庭保育協力日
13	月	おかゆ 鯛と人参の煮物 きゃべつとブロッコリーのスープ	米 鯛 人参 昆布 きゃべつ ブロッコリー 昆布	ミルク	ミルク	
14	火	おかゆ かぶとブロッコリーの煮物 チンゲン菜のスープ	米 かぶ ブロッコリー ささみ 昆布 チンゲン菜 昆布	ミルク	ミルク	つくし1組梅小路公園遠足♪
15	水	おかゆ ささみとかぼちゃの煮物 玉葱のスープ	米 ささみ かぼちゃ 人参 昆布 玉葱 昆布	ミルク	ミルク	たんぽぽ1組皇子が丘公園遠足♪ ☆ひよこ2組クッキング☆ ホットケーキを作って食べます♪
16	木	おかゆ 鮭と玉葱の煮物 じゃがいものスープ	米 鮭 玉葱 大根 昆布 じゃがいも 昆布	ミルク	ミルク	今月この地域の旬(たくさん出回りおいしく食べられる食材)は 大根・白菜・りんご・柿 です。 離乳食のメニューにも取り入れているので、何が入っているか探してみてくださいね♪
17	金	おかゆ さつまいもの煮物 人参のスープ	米 さつまいも チンゲン菜 ささみ 昆布 人参 昆布	ミルク	ミルク	☆うさぎ2組クッキング☆ ライス風お好み焼きを作って食べます♪
18	土	軟飯 ささみと野菜の煮物	米 ささみ さつまいも 白菜 人参 昆布	ミルク	ミルク	家庭保育協力日
20	月	おかゆ 豆腐と人参の煮物 玉葱のスープ	米 豆腐 人参 ささみ 昆布 玉葱 じゃがいも 昆布	ミルク	ミルク	
21	火	おかゆ 白菜とパプリカの煮物 かぼちゃのスープ	米 白菜 黄パプリカ ささみ 昆布 かぼちゃ 昆布	ミルク	ミルク	☆たんぽぽ2組クッキング☆ ホットケーキを作って食べます♪
22	水	おかゆ 鱈(すずき)とじゃがいもの煮物 きゃべつと玉葱のスープ	米 鱈 じゃがいも 人参 昆布 きゃべつ 玉葱 昆布	ミルク	ミルク	☆たんぽぽ1組クッキング☆ ホットケーキを作って食べます♪
23	木	 休 園（勤労感謝の日）				
24	金	おかゆ 大根の煮物 小松菜と玉葱のスープ	米 大根 ささみ 昆布 小松菜 玉葱 昆布	ミルク	ミルク	☆つくし1組クッキング☆ 豆腐とキャベツのお好み焼きを 作って食べます♪
25	土	軟飯 ささみと野菜の煮物	米 ささみ さつまいも 白菜 人参 昆布	ミルク	ミルク	家庭保育協力日
27	月	おかゆ 鯛と人参の煮物 きゃべつとブロッコリーのスープ	米 鯛 人参 昆布 きゃべつ ブロッコリー 昆布	ミルク	ミルク	☆ひまわり1組クッキング☆ お好み焼きを作って食べます♪
28 誕生会	火	おかゆ ささみと野菜のマッシュ カラフルスープ	米 ささみ じゃがいも ブロッコリー 昆布 人参 黄パプリカ 昆布	ミルク	ミルク	
29	水	おかゆ ブロッコリーとかぶの煮物 ほうれん草のスープ	米 ブロッコリー かぶ ささみ 昆布 ほうれん草 昆布	ミルク	ミルク	☆ひまわり2組☆ 万博記念公園遠足♪
30	木	おかゆ さつまいもの煮物 人参のスープ	米 さつまいも チンゲン菜 ささみ 昆布 人参 昆布	ミルク	ミルク	サンプルは毎日お部屋においてあります。是非、見てかえってくださいね。

令和5年11月献立表（食物アレルギー対応食 ※卵・乳・バナナ・キウイ） 柳辻こども園

日	曜	お昼メニュー	材料	おやつメニュー	材料	備考
1	水	ごはん 豚肉と野菜の生姜焼き 大根と油揚げの味噌汁	米 豚肉 玉葱 人参 きゃべつ もやし ビーマン コーン しょう油 みりん 酒 生姜 油 大根 油揚げ 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし	お茶 さつまいもスティック	お茶 さつまいも	☆うさぎ1組クッキング☆ ライス風お好み焼きを作って食べます♪
2	木	白身魚のホイル焼き えのきと若布のすまし汁	カレイ 塩 玉葱 人参 しめじ もやし マッシュルーム コーン ポン酢 えのき 若布 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし かつおぶし さばぶし	お茶 茹で人参のスティック じゃが芋おかし	お茶 人参 昆布 ☆ ☆ ☆	ひまわり1組 伊丹スカイパーク遠足♪
3	金	 休園（文化の日） 				☆今月のお米☆ 小杉農園のきぬひかり・ ミルクワイーンです♪
4	土	中華丼 動物ゼリー	米 豚肉 玉葱 人参 白菜 小松菜 えび コーン 中華だし しょう油 みりん 酒 生姜 にんにく 片栗粉 ゼリー	ジュース きな粉せんべい/ソフトせんべい	りんごジュース ☆ ☆ ☆	家庭保育協力日
6	月	ごはん 高野豆腐と豚肉の煮物 ほうれん草と麩の味噌汁	米 高野豆腐 豚肉 人参 しめじ 油揚げ こんにゃく グリンピース 砂糖 しょう油 みりん 酒 かつおだし ほうれん草 麩 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし	お茶 かぶのおかゆ	お茶 米 かぶ 昆布 合わせ味噌	
7	火	きつねうどん おからサラダ りんごゼリー	うどん 油揚げ 玉葱 人参 かつおだし 砂糖 しょう油 みりん 酒 おから ブロッコリー ツナ コーン 砂糖 しょう油 酢 マヨドレ りんごジュース ゼラチン 砂糖	お茶 きな粉おむすび はっぱなせんべい	お茶 米 きな粉 砂糖 ☆ ☆ ☆	ひまわり2組伊丹スカイパーク遠足♪ ☆つくし2組クッキング☆豆腐ときゃべつの お好み焼きを作って食べます♪
8	水	カレーライス 野菜サラダ お茶 ごはん	米 豚肉 じゃがいも 玉葱 人参 はちみつ カレールウ コンソメ ブイヨン きゃべつ ブロッコリー ひじき ツナ コーン マヨドレ お茶	お茶 ソフトせんべい きな粉せんべい	お茶 ☆ ☆ ☆	たんぼぼ2組皇子が丘公園遠足♪
9	木	鮭のきのことあんかけ 小松菜と油揚げの味噌汁 ごはん 味付けのり	米 鮭 えのき しめじ 玉葱 片栗粉 砂糖 しょう油 みりん 酒 かつおだし 小松菜 油揚げ 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし	お茶 おいもスティック	お茶 さつまいも	☆ひよこ1組クッキング☆ ホットケーキを作って食べます♪
10	金	鶏肉のすき焼き風煮 若布のすまし汁	鶏肉 玉葱 人参 白菜 しめじ 白ねぎ こんにゃく 麩 厚揚げ かつおだし 砂糖 しょう油 みりん 酒 若布 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし かつおぶし さばぶし	お茶 じゃがいものマッシュ	お茶 じゃがいも 玉葱 昆布	つくし2組梅小路公園遠足♪ ☆ひまわり2組クッキング☆ お好み焼きを作って食べます♪
11	土	野菜あんかけ丼 動物ゼリー	米 豚肉 玉葱 人参 白菜 しめじ 小松菜 三つ葉 さつま揚げ かつおだし しょう油 みりん 酒 片栗粉 ゼリー	ジュース きな粉せんべい/ソフトせんべい	りんごジュース ☆ ☆ ☆	家庭保育協力日
13	月	ごはん 鮭の唐揚げ 野菜の味噌汁	米 鮭 しょう油 酒 片栗粉 油 白菜 玉葱 人参 じゃがいも 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし	お茶 鮭おむすび きな粉せんべい	お茶 米 鮭 フレーク ☆ ☆ ☆	
14	火	ごはん 白身魚のホイル焼き えのきと若布のすまし汁	米 カレイ 塩 玉葱 人参 しめじ もやし マッシュルーム コーン ポン酢 えのき 若布 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし かつおぶし さばぶし	お茶 ソフトせんべい ミニハート	お茶 ☆ ☆ ☆	つくし1組梅小路公園遠足♪
15	水	ミートスパゲティ ポテトサラダ 動物ゼリー	スパゲティ 豚ミンチ 玉葱 人参 しめじ マッシュルーム コーン グリンピース コンソメ ブイヨン ケチャップ 砂糖 じゃがいも ブロッコリー ツナ コーン マヨドレ ゼリー	お茶 はっぱなせんべい じゃが芋おかし	お茶 ☆ ☆ ☆	たんぼぼ1組皇子が丘公園遠足♪ ☆ひよこ2組クッキング☆ ホットケーキを作って食べます♪
16	木	ごはん 豚肉と野菜の生姜焼き 大根と油揚げの味噌汁	米 豚肉 玉葱 人参 きゃべつ もやし ビーマン コーン しょう油 みりん 酒 生姜 油 大根 油揚げ 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし	お茶 かぶのおかゆ	お茶 米 かぶ 昆布 合わせ味噌	今月この地域の旬(たくな山回りおいしく 食べられる食材)は大根・白菜・JAご・柿です。 給食のメニューにも取り入れているので、 何が入っているか探してみてくださいね♪
17	金	豚肉と野菜の丼 ひじきときこのの和え物 りんごゼリー	米 豚肉 玉葱 人参 しめじ 三つ葉 油揚げ 砂糖 しょう油 みりん 酒 かつおだし ひじき しめじ えのき きゅうり ツナ マヨドレ 白味噌 砂糖 酒 りんごジュース ゼラチン 砂糖	お茶 大根スティック じゃが芋おかし	お茶 大根 昆布 ☆ ☆ ☆	☆うさぎ2組クッキング☆ ライス風お好み焼きを作って食べます♪
18	土	中華丼 動物ゼリー	米 豚肉 玉葱 人参 白菜 小松菜 えび コーン 中華だし しょう油 みりん 酒 生姜 にんにく 片栗粉 ゼリー	ジュース きな粉せんべい/ソフトせんべい	りんごジュース ☆ ☆ ☆	家庭保育協力日
20	月	ごはん 高野豆腐と豚肉の煮物 ほうれん草と麩の味噌汁	米 高野豆腐 豚肉 人参 しめじ 油揚げ こんにゃく グリンピース 砂糖 しょう油 みりん 酒 かつおだし ほうれん草 麩 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし	お茶 さつまいもスティック	お茶 さつまいも	
21	火	カレーライス 野菜サラダ お茶	米 豚肉 じゃがいも 玉葱 人参 はちみつ カレールウ コンソメ ブイヨン きゃべつ ブロッコリー ひじき ツナ コーン マヨドレ お茶	お茶 茹で人参のスティック じゃが芋おかし	お茶 人参 昆布 ☆ ☆ ☆	☆たんぼぼ2組クッキング☆ ホットケーキを作って食べます♪
22	水	きつねうどん おからサラダ りんごゼリー	うどん 油揚げ 玉葱 人参 かつおだし 砂糖 しょう油 みりん 酒 おから ブロッコリー ツナ コーン 砂糖 しょう油 酢 マヨドレ りんごジュース ゼラチン 砂糖	お茶 若菜おむすび ソフトせんべい	お茶 米 若菜ふりかけ ☆ ☆ ☆	☆たんぼぼ1組クッキング☆ ホットケーキを作って食べます♪
23	木	 休園（勤労感謝の日） 				
24	金	ごはん 味付けのり 鶏肉のすき焼き風煮 若布のすまし汁 野菜あんかけ丼 動物ゼリー	米 味付けのり 鶏肉 玉葱 人参 白菜 しめじ 白ねぎ こんにゃく 麩 厚揚げ かつおだし 砂糖 しょう油 みりん 酒 若布 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし かつおぶし さばぶし 米 豚肉 玉葱 人参 白菜 しめじ 小松菜 三つ葉 さつま揚げ かつおだし しょう油 みりん 酒 片栗粉 ゼリー	お茶 じゃがいものマッシュ	お茶 じゃがいも 玉葱 昆布	☆つくし1組クッキング☆ 豆腐とキャベツのお好み焼きを作って食べます♪
25	土	ごはん 動物ゼリー	米 カツおだし しょう油 みりん 酒 片栗粉	ジュース きな粉せんべい/ソフトせんべい	りんごジュース ☆ ☆ ☆	家庭保育協力日
27	月	ごはん 鮭のきのことあんかけ 小松菜と油揚げの味噌汁 コーンと鮭のそぼろ丼 カレイの唐揚げ 豆腐とほうれん草の味噌汁 動物ゼリー	米 鮭 えのき しめじ 玉葱 片栗粉 砂糖 しょう油 みりん 酒 かつおだし 小松菜 油揚げ 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし 米 コーン飯 塩 鮭フレーク カレイ しょう油 酒 片栗粉 油 豆腐 ほうれん草 人参 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし ゼリー	お茶 おいもスティック	お茶 さつまいも	☆ひまわり1組クッキング☆ お好み焼きを作って食べます♪
28	火	誕生会	米 コーン飯 塩 鮭フレーク カレイ しょう油 酒 片栗粉 油 豆腐 ほうれん草 人参 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし ゼリー	ジュース グレープゼリー黄桃トッピング	りんごジュース グレープジュース ゼラチン 砂糖 黄桃缶	
29	水	ミートスパゲティ ポテトサラダ 動物ゼリー	スパゲティ 豚ミンチ 玉葱 人参 しめじ マッシュルーム コーン グリンピース コンソメ ブイヨン ケチャップ 砂糖 じゃがいも ブロッコリー ツナ コーン マヨドレ ゼリー	お茶 かぼちゃのマッシュ	お茶 かぼちゃ 昆布	ひまわり2組 万博記念公園遠足♪
30	木	ごはん 鮭の唐揚げ 野菜の味噌汁	米 鮭 しょう油 酒 片栗粉 油 白菜 玉葱 人参 じゃがいも 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし	お茶 鮭おむすび きな粉せんべい	お茶 米 鮭 フレーク ☆ ☆ ☆	