

令和7年



11月 給食献立表

五条くじら小規模保育園

日 曜	AMおやつ	昼食	PMおやつ	赤・血や肉になる	黄・熱や力となる	緑・調子をととのえる
1 土	牛乳	豆腐とひじきのそぼろ丼 きゅうりの酢の物 中華スープ	牛乳 お菓子	牛乳・鶏ひき肉・豆腐・ ちくわ	米・油・いりごま・砂糖	たまねぎ・にんじん・乾ひじ き・きゅうり・ほうれんそう・ コーン
4 火	牛乳	ハヤシライス 大根サラダ コンソメスープ	牛乳 かぼちゃマフィン	牛乳・ふた肉・まぐろ水 煮缶詰・豆乳	米・油・マヨドレ・じゃがい も・ホットケーキミックス・ 砂糖	たまねぎ・にんじん・しめじ・ グリーンピース・だいこん・きゅ うり・黄パプリカ・くりかぼ ちゃ
5 水	牛乳	ご飯 カレイの磯部焼き キャベツと大豆のサラダ なすの味噌汁	お茶 フルーツポンチ	牛乳・まがれい・大豆水 煮缶詰・油揚げ・麦みそ	米・砂糖	青のり・キャベツ・きゅうり・ にんじん・なす・たまねぎ・ カットわかめ・バナナ・黄桃 缶・パインアップル缶詰
6 木	牛乳	味噌ラーメン ブロッコリーのおかか和え みかん	お茶 やみつきおにぎり	牛乳・ふたもも(赤肉)・ 麦みそ・しらす干し・か つお節	中華めん・ごま油・砂糖・ 米・てんかす	はくさい・りょくとうもやし・ にんじん・にら・コーン・ブ ロッコリー・にんじん・みか ん・青のり
7 金	牛乳	遠足	牛乳 プアマンケーキ	牛乳	薄力粉・砂糖・油	
8 土	牛乳	豚肉とレタスのチャーハン もやしときゅうりのナムル 中華スープ	牛乳 お菓子	牛乳・ふた肉・絹ごし豆 腐	米・油・いりごま	たまねぎ・レタス・にんじん・ もやし・きゅうり・だいこん・ コーン
10 月	牛乳	厚揚げ丼 みかんサラダ じゃが芋の味噌汁	牛乳 スイートポテト	牛乳・生揚げ・ふたひき 肉・麦みそ・豆乳	米・ごま油・砂糖・片栗粉・ 油・じゃがいも・さつまい も・無塩バター	えのきだけ・にんじん・ゆでさ やいんげん・キャベツ・きゅう り・みかん缶詰・たまねぎ・ カットわかめ
11 火	牛乳	ご飯 さばの塩焼き アスパラのこま和え けんちん汁 バナナ	牛乳 食パンラスク	牛乳・さば・豆腐・若鶏 むね	米・ごま・砂糖・さといも・ 食パン・有塩バター・グラ ニュー糖	アスパラガス・ゆでブロッコ リー・にんじん・ごぼう・バナ ナ
12 水	牛乳	ご飯 肉野菜炒め ビーフンサラダ なめこの味噌汁	牛乳 きなこマカロニ	牛乳・ふた肉・ロースハ ム・油揚げ・麦みそ・き な粉	・油・ビーフン・マヨドレ・ マカロニ・スバグティ・砂糖	キャベツ・たまねぎ・りょく とうもやし・にんじん・青ねぎ・ きゅうり・なめこ・だいこん
13 木	牛乳	食パン ピザ風卵焼き ブロッコリーサラダ トマトスープ	お茶 菜飯おにぎり	牛乳・鶏卵・ベーコン・ チーズ・鶏むね	食パン・油・砂糖・米・いり ごま	たまねぎ・青ピーマン・トマト ケチャップ・ゆでブロッコ リー・きゅうり・にんじん・は くさい・グリーンピース・トマト ピューレ・菜飯の素
14 金	牛乳	ご飯 鮭の照り焼き かぼちゃのサラダ キャベツのすまし汁	牛乳 いちごジャムカップケーキ	牛乳・さけ・ロースハ ム・板かまぼこ・豆乳	米・砂糖・マヨドレ・ホット ケーキミックス・油	くりかぼちゃ・きゅうり・にん じん・キャベツ・たまねぎ・い ちごジャム
15 土	牛乳	焼きそば コンソメポテト わかめスープ	牛乳 お菓子	牛乳・ふた肉・かつお節	中華めん・油・じゃがいも・ コーンスナック	たまねぎ・キャベツ・にんじ ん・あおのり・カットわかめ・ 生しいたけ
17 月	牛乳	ご飯 鶏のごま味噌焼き ポテトサラダ すまし汁 パイン缶	牛乳 餃子ピザ	牛乳・若鶏もも皮なし・ 麦みそ・ロースハム・豆 腐・ツナ缶・プロセス チーズ	米・ごま・じゃがいも・マヨ ドレ・ぎょうざの皮	にんじん・きゅうり・チンゲン サイ・たまねぎ・パインアッ プル缶詰・トマトケチャップ・ コーン

区分	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂 肪 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (レチノール当量: RE)(μg)	ビタミンB 1 (mg)	ビタミンB 2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)	食塩相当 量 (g)
1.2歳	472	18	17	299	2.3	70	0.28	0.36	21	3.6	1.4
3歳以上	523	21	17	241	2.1	65	0.34	0.38	26	4.4	1.7

令和7年



11月 給食献立表

五条くじら小規模保育園

日	曜	AMおやつ	昼食	PMおやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
18	火	牛乳	ご飯 れんこんのつくね焼き にんじんサラダ 白菜の味噌汁	牛乳 コーンフレークスナック	牛乳・ふたひき肉・ツナ 缶・油揚げ・麦みそ	米・片栗粉・油・砂糖・コー ンフレーク・マシュマロ・無 塩バター	れんこん・にんじん・にんじ ん・きゅうり・はくさい・まい だけ
19	水	牛乳	麦ご飯 カレイのバター醤油かけ チンゲン菜と平天のおひたし 芋煮汁	お茶 ごんごん焼き	牛乳・まがれい・さつま 揚げ・牛かたローズ・魚 肉ソーセージ	米・押麦・薄力粉・油・無塩 バター・さといも・板こん にやく・てんかす	チンゲンサイ・にんじん・長ね ぎ・しめじ・青のり
20	木	牛乳	★食育献立 山形県の郷土料理 肉うどん ほうれん草の白和え みかん	お茶 鮭おにぎり	牛乳・ふたもも(皮脂 無)・油揚げ・豆腐・麦み そ	ゆでうどん・しらたき・ご ま・砂糖・米	はくさい・にんじん・青ねぎ・ ほうれんそう・みかん
21	金	牛乳	チキンカレー 切干大根としらすのサラダ ハインヨーグルト	牛乳 カルピス蒸しパン	牛乳・若鶏もも・しらす 干し・プレーンヨーグル ト	米・じゃがいも・油・砂糖・ ホットケーキミックス・カル ピス	たまねぎ・にんじん・切干しだ いこん・きゅうり・パインアッ プル缶詰
22	土	牛乳	中華あんかけ丼 豆腐とワカメのスープ りんごゼリー	牛乳 お菓子	牛乳・ふたかたローズ(皮 脂無)・絹ごし豆腐	米・ごま油・砂糖・片栗粉・ ゼリー・サラダせんべい	はくさい・たまねぎ・にんじ ん・長ねぎ・生しいたけ・しょ うが・にんにく・カットわか め・もやし
25	火	牛乳	ぶりかけご飯 ミートローフ マカロニサラダ コンソメスープ ヤクルト ★誕生日会メニュー	お茶 プリンアラモード	牛乳・牛ひき肉・ふたひ き肉・鶏卵・ローズハ ム・ヤクルト	米・パン粉・油・マカロニ・ スパゲティ・マヨドレ・フリ ン・ホイップクリーム	たまねぎ・にんじん・トマトケ チャップ・きゅうり・コーン・ アスパラガス・みかん缶詰・い ちごジャム
26	水	牛乳	ロールパン ホークチャップ さつまいもサラダ 白菜のミルクスープ	お茶 鶏そぼろおにぎり	牛乳・ふたかた・ウイン ナーソーセージ・鶏ひき 肉	ロールパン・薄力粉・油・砂 糖・さつまいも・マヨドレ・ 米	たまねぎ・青ピーマン・トマト ケチャップ・きゅうり・にんじ ん・白菜・あおのり
27	木	牛乳	ご飯 肉じゃが チーズとキャベツのサラダ もずくのすまし汁	牛乳 きな粉バナナ	牛乳・ふた肉・チーズ・ 豆腐・きな粉	米・じゃがいも・油・しらた き・砂糖	にんじん・たまねぎ・キャベ ツ・アスパラガス・にんじん・ もずく・だいこん・バナナ
28	金	牛乳	ご飯 さわらの塩こうじ焼き かにカマときゅうりの酢の物 さつま芋のみそ汁	お茶 桃入りフルーチェ	牛乳・さわら・かにかま ぼこ・麦みそ	米・塩こうじ・砂糖・さつま いも・フルーチェ	カットわかめ・きゅうり・な ず・えのきたけ・青ねぎ・黄桃 缶
29	土	牛乳	ご飯 クリームシチュー ツナサラダ バナナ	牛乳 お菓子	牛乳・若鶏もも皮なし・ まぐろ水煮缶詰	米・じゃがいも・砂糖・油	たまねぎ・にんじん・グリーン ピース・ゆでブロッコリー・切 干しだいこん・コーン・バナナ



離乳食後期 献立表

令和 7年11月

五条くじら小規模保育園

日付	献立名			食品名
	AMおやつ	昼食	PMおやつ	
1 (土)	お茶	鶏肉と豆腐の雑炊・きゅうりスティック・ほうれん草の中華スープ	ベビー菓子	・麦茶・米・鶏ひき肉・絹ごし豆腐・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・きゅうり・ほうれんそう・鶏がらだし・せんべい
4 (火)	お茶	豚肉と野菜の中華粥・大根スティック・コンソメスープ	かぼちゃマフィン	・麦茶・米・ぶたひき肉・たまねぎ・にんじん・鶏がらだし・だいこん・じゃがいも・パイオン・薄口しょうゆ・ホットケーキミックス・豆乳・砂糖・無塩バター・くりかぼちゃ
5 (水)	お茶	軟飯・カレーとキャベツの煮物・にんじんスティック・なすの味噌汁	バナナ	・麦茶・米・まがれい・キャベツ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・なす・たまねぎ・麦みそ・麦茶・バナナ
6 (木)	お茶	軟飯・しらすとブロッコリーの中華煮・にんじんスティック・白菜スープ	あおさ粥	・麦茶・米・しらす干し・ゆでブロッコリー・はくさい・鶏がらだし・薄口しょうゆ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・麦茶・青のり・食塩
7 (金)	お茶	遠足	ビスケット	・麦茶・ビスケット
8 (土)	お茶	鶏そうすい・にんじんスティック・大根の中華スープ	ベビー菓子	・麦茶・米・鶏ひき肉・たまねぎ・ほうれんそう・中華だし・濃口しょうゆ・片栗粉・にんじん・だいこん・絹ごし豆腐・鶏がらだし・薄口しょうゆ・鉄+コラーゲンウエハース(ココア)
10 (月)	お茶	豆腐と鶏肉のお粥・きゅうりスティック・じゃが芋の味噌汁	スイートポテト	・麦茶・米・絹ごし豆腐・鶏ひき肉・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・きゅうり・たまねぎ・じゃがいも・麦みそ・さつまいも・豆乳・無塩バター・砂糖
11 (火)	お茶	軟飯・カレーと人参の煮物・ブロッコリースープ・バナナ	おやつパン粥	・麦茶・米・まがれい・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・片栗粉・ゆでブロッコリー・バナナ・食パン・牛乳・砂糖
12 (水)	お茶	軟飯・豚肉と玉ねぎの煮物・大根スティック・キャベツの味噌汁	ベブリースナック	・麦茶・米・ぶたひき肉・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・片栗粉・だいこん・キャベツ・麦みそ・お野菜すなっく かぼちゃとおいも
13 (木)	お茶	食パン・しらすとブロッコリーの煮物・にんじんスティック・トマトスープ	なめし粥	・麦茶・食パン・しらす干し・ゆでブロッコリー・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・片栗粉・にんじん・はくさい・トマトピューレ・米・菜飯の素
14 (金)	お茶	軟飯・鮭とかぼちゃのコンソメ煮・きゅうりスティック・キャベツのすまし汁	プレーンケーキ	・麦茶・米・さけ・くりかぼちゃ・パイオン・薄口しょうゆ・片栗粉・きゅうり・キャベツ・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・ホットケーキミックス・豆乳・油
15 (土)	お茶	軟飯・鶏肉とキャベツの煮物・にんじんスティック・じゃが芋スープ	ベビー菓子	・麦茶・米・鶏ひき肉・たまねぎ・キャベツ・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・にんじん・じゃがいも・鶏がらだし・薄口しょうゆ・せんべい
17 (月)	お茶	軟飯・鶏じゃが・きゅうりスティック・チンゲン菜スープ	ビスケット	・麦茶・米・鶏ひき肉・じゃがいも・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・きゅうり・チンゲンサイ・たまねぎ・ビスケット
18 (火)	お茶	軟飯・豚肉と野菜の煮物・きゅうりスティック・白菜の味噌汁	クッキー	・麦茶・米・ぶたひき肉・冷凍ほうれんそう・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・片栗粉・きゅうり・はくさい・にんじん・麦みそ・マンナビスケット
19 (水)	お茶	軟飯・カレーとチンゲン菜の煮物・にんじんスティック・ブロッコリースープ	ウエハース	・麦茶・米・まがれい・チンゲンサイ・鶏がらだし・濃口しょうゆ・片栗粉・にんじん・ゆでブロッコリー・パイオン・薄口しょうゆ・麦茶・ウエハース
20 (木)	お茶	煮込みうどん・にんじんスティック・豆腐のすまし汁	鮭粥	・麦茶・ゆでうどん・鶏ひき肉・はくさい・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・にんじん・ほうれんそう・絹ごし豆腐・米・鮭フレーク
21 (金)	お茶	軟飯・肉じゃが・きゅうりスティック・ヨーグルト	白蒸しパン	・麦茶・米・鶏ひき肉・たまねぎ・じゃがいも・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・片栗粉・きゅうり・プレーンヨーグルト・砂糖・麦茶・ホットケーキミックス・油
22 (土)	お茶	中華そうすい・にんじんスティック・豆腐のすまし汁	ベビー菓子	・麦茶・米・鶏ひき肉・はくさい・たまねぎ・にんじん・顆粒中華だし・薄口しょうゆ・片栗粉・にんじん・絹ごし豆腐・ほうれんそう・かつお・昆布だし(荒節)・牛乳・サラダせんべい
25 (火)	お茶	軟飯・鶏肉のケチャップ煮・にんじんスティック・玉ねぎスープ	みかん缶	・麦茶・お魚すなっく・米・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・パイオン・トマトケチャップ・濃口しょうゆ・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・麦茶・みかん缶詰
26 (水)	お茶	食パン・豚肉と白菜のコンソメ煮・さつまいもスティック・玉ねぎスープ	鶏そぼろ粥	・麦茶・食パン・ぶたひき肉・はくさい・たまねぎ・パイオン・薄口しょうゆ・片栗粉・さつまいも・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・麦茶・米・鶏ひき肉・あおのり
27 (木)	お茶	軟飯・肉じゃが・アスパラスティック・大根のすまし汁	バナナ	・麦茶・米・ぶたひき肉・じゃがいも・にんじん・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・アスパラガス・だいこん・絹ごし豆腐・バナナ
28 (金)	お茶	軟飯・鮭となすの煮物・きゅうりスティック・さつま芋のみそ汁	せんべい	・麦茶・米・さけ・なす・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・片栗粉・きゅうり・さつまいも・麦みそ・麦茶・ハイハイ
29 (土)	お茶	軟飯・鶏肉とじゃが芋の洋風煮・ブロッコリースープ・バナナ	ベビー菓子	・麦茶・米・鶏ひき肉・じゃがいも・にんじん・パイオン・薄口しょうゆ・片栗粉・ゆでブロッコリー・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・バナナ・ハイハイ



離乳食中期 献立表

令和 7年11月

五条くじら小規模保育園

日付	献立名 昼食	食品名
1 (土)	鶏肉と豆腐の雑炊・ほうれん草スープ	・米・鶏ひき肉・絹ごし豆腐・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・ほうれん草
4 (火)	鶏肉と野菜のお粥・じゃが芋スープ	・米・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・じゃがいも
5 (水)	7倍粥・カレイとキャベツの煮物・なすのすまし汁	・米・まがれい・キャベツ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・なす・たまねぎ
6 (木)	7倍粥・しらすとブロッコリーの煮物・白菜スープ	・米・しらす干し・ゆでブロッコリー・はくさい・かつお・昆布だし(荒節)・にんじん
7 (金)	遠足	
8 (土)	鶏そうすい・大根スープ	・米・鶏ひき肉・たまねぎ・ほうれん草・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・だいこん・絹ごし豆腐
10 (月)	豆腐と鶏肉のお粥・じゃがいもスープ	・米・絹ごし豆腐・鶏ひき肉・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・たまねぎ・じゃがいも
11 (火)	7倍粥・カレイと人参の煮物・ブロッコリースープ	・米・まがれい・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・ゆでブロッコリー
12 (水)	7倍粥・鶏肉と玉ねぎの煮物・キャベツスープ	・米・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・キャベツ
13 (木)	パン粥・しらすとブロッコリーの煮物・トマトスープ	・食パン・しらす干し・ゆでブロッコリー・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・はくさい・トマトピューレ
14 (金)	7倍粥・鮭とかぼちゃの煮物・キャベツスープ	・米・さけ・くりかぼちゃ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・キャベツ・たまねぎ
15 (土)	7倍粥・鶏肉とキャベツの煮物・じゃが芋スープ	・米・鶏ひき肉・たまねぎ・キャベツ・かつお・昆布だし(荒節)・じゃがいも
17 (月)	7倍粥・鶏じゃが・チンゲン菜スープ	・米・鶏ひき肉・じゃがいも・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・チンゲンサイ・たまねぎ
18 (火)	7倍粥・鶏肉と野菜の煮物・白菜スープ	・米・鶏ひき肉・ほうれん草・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・はくさい・にんじん
19 (水)	7倍粥・カレイとチンゲン菜の煮物・ブロッコリースープ	・米・まがれい・チンゲンサイ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・ゆでブロッコリー・にんじん
20 (木)	煮込みうどん・豆腐のすまし汁	・ゆでうどん・鶏ひき肉・はくさい・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・ほうれん草・絹ごし豆腐
21 (金)	7倍粥・肉じゃが・ヨーグルト	・米・鶏ひき肉・たまねぎ・じゃがいも・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・プレーンヨーグルト
22 (土)	鶏そうすい・豆腐のすまし汁	・米・鶏ひき肉・はくさい・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・絹ごし豆腐・ほうれん草
25 (火)	7倍粥・鶏肉と人参の煮物・玉ねぎスープ	・米・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉
26 (水)	パン粥・鶏肉と白菜のコンソメ煮・玉ねぎスープ	・食パン・鶏ひき肉・はくさい・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・にんじん
27 (木)	7倍粥・肉じゃが・大根のすまし汁	・米・鶏ひき肉・じゃがいも・にんじん・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・だいこん・絹ごし豆腐
28 (金)	7倍粥・鮭となすの煮物・さつま芋スープ	・米・さけ・なす・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・さつまいも
29 (土)	7倍粥・鶏肉とじゃが芋の煮物・ブロッコリースープ	・米・鶏ひき肉・じゃがいも・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・ゆでブロッコリー・たまねぎ