2026年　11月　給食献立表　乳児(3歳未満児)

日	曜日	昼食	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
2	月	プラスご飯 豚肉のケチャップ炒め 切干大根のサラダ 高野豆腐の味噌汁 グレープフルーツ	スキムトースト 牛乳	豚もも肉・高野豆腐 味噌・牛乳・スキムミルク	米・強化米・片栗粉・油 砂糖・ごま油・ごま・食パン バター	玉ねぎ・人参・ケチャップ・切干大根 きゅうり・ひじき・白菜・長ねぎ グレープフルーツ
4	水	にこみうどん ちくわの磯辺揚げ 高野豆腐粉と野菜の煮物 （兵庫県）	きのこおにぎり 牛乳	油揚げ・味噌・ちくわ・牛乳 鶏もも肉・高野豆腐	うどん・片栗粉・小麦粉 油・砂糖・米	長ねぎ・大根・人参・小松菜・白菜 まいたけ・青のり・ごぼう・れんこん しめじ・えのき
5 ・ 19	木	冬野菜カレー マッシュポテト 豆腐とわかめのスープ	煮りんごヨーグルト 麦茶	豚もも肉・牛乳・豆腐 ヨーグルト	米・押麦・油・小麦粉 じゃが芋・バター・砂糖	にんにく・生姜・れんこん・人参 ごぼう・ほうれん草・玉ねぎ・りんご ケチャップ・わかめ・長ねぎ・しめじ レモン果汁・レーズン
6 ・ 20	金	ご飯 さばのおろし煮 三色酢の物 さつま汁 バナナ	芋ようかん 牛乳	さば・鶏もも肉・油揚げ 味噌・牛乳	米・砂糖・里芋・さつま芋 黒砂糖	生姜・大根・もやし・きゅうり・人参 ごぼう・小松菜・長ねぎ・バナナ・寒天
7 ・ 21	土	二色丼 かぼちゃサラダ 長ねぎの味噌汁	プアマンクッキー 牛乳	鶏ひき肉・豆腐・味噌・牛乳	米・砂糖・油・ごま油 ごま・小麦粉	玉ねぎ・生姜・ほうれん草・かぼちゃ きゅうり・人参・しめじ・長ねぎ
9 ・ 30	月	ご飯 豚肉のすき焼き風 さつま芋の和え物 玉ねぎの味噌汁 オレンジ	野菜クラッカー 牛乳	豚もも肉・豆腐・味噌 牛乳	米・しらたき・油・砂糖 さつま芋・小麦粉・バター	白菜・人参・長ねぎ・えのき・きゅうり レーズン・切干大根・玉ねぎ・わかめ オレンジ・ブロッコリー
10 ・ 24	火	ご飯 タンドリーチキン オーロラサラダ かぼちゃポタージュ	こぎつねおにぎり 牛乳	鶏もも肉・ヨーグルト・豆乳 牛乳・油揚げ・かつお節	米・マヨネーズ・砂糖	玉ねぎ・ケチャップ・ブロッコリー コーン・人参・かぼちゃ・パセリ
11 ・ 25	水	あぶたま丼 ささみ入りナムル 白菜の味噌汁	焼き芋 牛乳	油揚げ・卵・鶏ささみ肉 味噌・牛乳	米・油・砂糖・ごま油 ごま・さつま芋	玉ねぎ・人参・さやえんどう・もやし 切干大根・きゅうり・白菜・小松菜 ごぼう
12 ・ 26	木	プラスご飯 白身魚のカレームニエル 高野豆腐の肉じゃが風 かぶの味噌汁 柿	ナポリタン 牛乳	たら・高野豆腐・味噌 牛乳	米・強化米・小麦粉・バター 油・片栗粉・じゃが芋 砂糖・マカロニ	ケチャップ・玉ねぎ・人参・しめじ グリンピース・かぶ・かぶの葉・わかめ 長ねぎ・柿・ピーマン・トマト缶
13	金	お赤飯 鶏の唐揚げ 紅白なます ほうれん草のすまし汁	ココアクリームパン 牛乳	あずき・鶏もも肉・牛乳 豆乳	米・もち米・ごま・片栗粉 小麦粉・油・砂糖・麸 ロールパン	生姜・にんにく・大根・人参・えのき ほうれん草・長ねぎ
14 ・ 28	土	焼きうどん さつま芋サラダ チキンスープ	コーンライスおにぎり 牛乳	豚もも肉・かつお節・牛乳 鶏もも肉	うどん・油・さつま芋・米 バター	人参・キャベツ・もやし・長ねぎ きゅうり・コーン
16	月	プラスご飯 豚肉のケチャップ炒め 切干大根のサラダ 高野豆腐の味噌汁 グレープフルーツ	餃子の皮のりんご包み焼き 牛乳	豚もも肉・高野豆腐・味噌 牛乳	米・強化米・片栗粉・油 砂糖・ごま油・ごま 餃子の皮	玉ねぎ・人参・ケチャップ・切干大根 きゅうり・ひじき・白菜・長ねぎ グレープフルーツ・りんご
17	火	ご飯 手作りがんも しらすと青菜の炒め煮 大根の味噌汁	かぼちゃのおやき 牛乳	豆腐・卵・しらす・油揚げ 味噌・牛乳	米・片栗粉・油・ごま油 麸・強力粉・小麦粉・砂糖	人参・ごぼう・しいたけ・長ねぎ チンゲン菜・小松菜・大根・かぼちゃ
18	水	ツナサンド 花野菜サラダ 豆乳コーンスープ	きのこおにぎり 牛乳	ツナ・豆乳・牛乳・油揚げ	食パン・マヨネーズ・油 砂糖・片栗粉・米	きゅうり・カリフラワー・ブロッコリー キャベツ・人参・玉ねぎ・しめじ クリームコーン缶・えのき
27	金	ご飯 鶏の唐揚げ 小松菜のごま和え 麸の味噌汁	スキムトースト 牛乳	鶏もも肉・味噌・牛乳 スキムミルク	米・片栗粉・小麦粉・油 ごま・砂糖・麸・食パン バター	生姜・にんにく・小松菜・もやし 人参・えのき・長ねぎ

☆　今月の平均給与栄養量　☆

エネルギー	たんぱく質	脂肪	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食塩相当量
479kcal	19.0g	15.8g	245mg	2.0mg	184μg	0.39mg	0.39mg	27mg	1.4g

※食材の入荷の都合により献立を変更することがあります。

2026年　11月　給食献立表　幼児(3歳以上児)

日	曜日	昼食	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
2	月	プラスご飯 豚肉のケチャップ炒め 切干大根のサラダ 高野豆腐の味噌汁 グレープフルーツ	スキムトースト 牛乳	豚もも肉・高野豆腐 味噌・牛乳・スキムミルク	米・強化米・片栗粉・油 砂糖・ごま油・ごま・食パン バター	玉ねぎ・人参・ケチャップ・切干大根 きゅうり・ひじき・白菜・長ねぎ グレープフルーツ
4	水	にこみうどん ちくわの磯辺揚げ 高野豆腐粉と野菜の煮物 （兵庫県）	きのこおにぎり 牛乳	油揚げ・味噌・ちくわ・牛乳 鶏もも肉・高野豆腐	うどん・片栗粉・小麦粉 油・砂糖・米	長ねぎ・大根・人参・小松菜・白菜 まいたけ・青のり・ごぼう・れんこん しめじ・えのき
5 ・ 19	木	冬野菜カレー マッシュポテト 豆腐とわかめのスープ	煮りんごヨーグルト 麦茶	豚もも肉・牛乳・豆腐 ヨーグルト	米・押麦・油・小麦粉 じゃが芋・バター・砂糖	にんにく・生姜・れんこん・人参 ごぼう・ほうれん草・玉ねぎ・りんご ケチャップ・わかめ・長ねぎ・しめじ レモン果汁・レーズン
6 ・ 20	金	ご飯 さばのおろし煮 三色酢の物 さつま汁 バナナ	芋ようかん 牛乳	さば・鶏もも肉・油揚げ 味噌・牛乳	米・砂糖・里芋・さつま芋 黒砂糖	生姜・大根・もやし・きゅうり・人参 ごぼう・小松菜・長ねぎ・バナナ・寒天
7 ・ 21	土	二色丼 かぼちゃサラダ 長ねぎの味噌汁	プアマンクッキー 牛乳	鶏ひき肉・豆腐・味噌・牛乳	米・砂糖・油・ごま油 ごま・小麦粉	玉ねぎ・生姜・ほうれん草・かぼちゃ きゅうり・人参・しめじ・長ねぎ
9 ・ 30	月	ご飯 豚肉のすき焼き風 さつま芋の和え物 玉ねぎの味噌汁 オレンジ	野菜クラッカー 牛乳	豚もも肉・豆腐・味噌 牛乳	米・しらたき・油・砂糖 さつま芋・小麦粉・バター	白菜・人参・長ねぎ・えのき・きゅうり レーズン・切干大根・玉ねぎ・わかめ オレンジ・ブロッコリー
10 ・ 24	火	ご飯 タンドリーチキン オーロラサラダ かぼちゃポタージュ	こぎつねおにぎり 牛乳	鶏もも肉・ヨーグルト・豆乳 牛乳・油揚げ・かつお節	米・マヨネーズ・砂糖	玉ねぎ・ケチャップ・ブロッコリー コーン・人参・かぼちゃ・パセリ
11 ・ 25	水	あぶたま丼 ささみ入りナムル 白菜の味噌汁	焼き芋 牛乳	油揚げ・卵・鶏ささみ肉 味噌・牛乳	米・油・砂糖・ごま油 ごま・さつま芋	玉ねぎ・人参・さやえんどう・もやし 切干大根・きゅうり・白菜・小松菜 ごぼう
12 ・ 26	木	プラスご飯 白身魚のカレームニエル 高野豆腐の肉じゃが風 かぶの味噌汁 柿	ナポリタン 牛乳	たら・高野豆腐・味噌 牛乳	米・強化米・小麦粉・バター 油・片栗粉・じゃが芋 砂糖・マカロニ	ケチャップ・玉ねぎ・人参・しめじ グリンピース・かぶ・かぶの葉・わかめ 長ねぎ・柿・ピーマン・トマト缶
13	金	お赤飯 鶏の唐揚げ 紅白なます ほうれん草のすまし汁	ココアクリームパン 牛乳	あずき・鶏もも肉・牛乳 豆乳	米・もち米・ごま・片栗粉 小麦粉・油・砂糖・麸 ロールパン	生姜・にんにく・大根・人参・えのき ほうれん草・長ねぎ
14 ・ 28	土	焼きうどん さつま芋サラダ チキンスープ	コーンライスおにぎり 牛乳	豚もも肉・かつお節・牛乳 鶏もも肉	うどん・油・さつま芋・米 バター	人参・キャベツ・もやし・長ねぎ きゅうり・コーン
16	月	プラスご飯 豚肉のケチャップ炒め 切干大根のサラダ 高野豆腐の味噌汁 グレープフルーツ	餃子の皮のりんご包み焼き 牛乳	豚もも肉・高野豆腐・味噌 牛乳	米・強化米・片栗粉・油 砂糖・ごま油・ごま 餃子の皮	玉ねぎ・人参・ケチャップ・切干大根 きゅうり・ひじき・白菜・長ねぎ グレープフルーツ・りんご
17	火	ご飯 手作りがんも しらすと青菜の炒め煮 大根の味噌汁	かぼちゃのおやき 牛乳	豆腐・卵・しらす・油揚げ 味噌・牛乳	米・片栗粉・油・ごま油 麸・強力粉・小麦粉・砂糖	人参・ごぼう・しいたけ・長ねぎ チンゲン菜・小松菜・大根・かぼちゃ
18	水	ツナサンド 花野菜サラダ 豆乳コーンスープ	きのこおにぎり 牛乳	ツナ・豆乳・牛乳・油揚げ	食パン・マヨネーズ・油 砂糖・片栗粉・米	きゅうり・カリフラワー・ブロッコリー キャベツ・人参・玉ねぎ・しめじ クリームコーン缶・えのき
27	金	ご飯 鶏の唐揚げ 小松菜のごま和え 麸の味噌汁	スキムトースト 牛乳	鶏もも肉・味噌・牛乳 スキムミルク	米・片栗粉・小麦粉・油 ごま・砂糖・麸・食パン バター	生姜・にんにく・小松菜・もやし 人参・えのき・長ねぎ

☆　今月の平均給与栄養量　☆

エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食塩相当量
533kcal	20.9g	16.5g	215mg	2.4mg	202μg	0.45mg	0.37mg	33mg	1.6g

※食材の入荷の都合により献立を変更することがあります。