

給食献立表

2026年 11月分

大原西保育園

日 曜 日		10時 (未満児)	昼食	3時	血や肉をつくるもの 赤群	力や体温となるもの 黄群	体の調子をよくするもの 緑群	エネルギー	蛋白質	脂質	
2	月	ヤクルト	わかめご飯 鶏肉のにんにく味噌焼き レタ スサラダ 味噌汁	チーズ蒸しパン 牛乳	ヤクルト とりもも肉 かたくちいわし 牛乳 チー ズ	精白米 いりごま 上白糖 観世ふ ホットケーキミ ックス 調合油	炊き込みわかめ にんにく レタス きゅうり コーン缶詰 こまつな えのきたけ 干しぶどう	578	23.05	18.30	
4	水	牛乳	エビピラフ マカロニケチャップ炒め うましお 胡瓜 スープ	ハッピーターン 麦茶	牛乳 ムキエビ ぶたひき肉 卵	調合油 有塩バター 精白米 マカロニ 上白糖 ごま油 片栗粉	たまねぎ マッシュルーム パセリ きゅうり コーン缶詰 こまつな	412	11.28	12.46	
5	木	牛乳	甘辛肉うどん ひじきと野菜の豆腐揚げ オ レンジ	肉まん 麦茶	牛乳 豚小間肉	うどん 調合油 上白糖	たまねぎ まこんぶ あさつき オレンジ	633	24.83	9.89	
6	金	ヤクルト	バターライス コーンクリームシチュー シー ザーサラダ	せんべい オレンジジュース	ヤクルト ベーコン 牛乳 パルメザンチーズ	有塩バター 精白米 じゃがいも クルトン	たまねぎ パセリ にんじん ブロッコリー マッシュルーム コーン 缶詰 レタス きゅうり	473	15.58	14.57	
7	土	ヤクルト	ナポリタン オレンジ スープ		ヤクルト ベーコン 卵	スパゲティ 調合油 片栗粉	にんじん たまねぎ ピーマン オレンジ コーン缶詰 こまつな	415	10.69	12.63	
9	月	牛乳	ご飯 コロッケ チョレギサラダ 味噌汁	ヨーグルト バナナ	牛乳 かたくちいわし ヨーグルト	精白米 調合油 ごま油 いりごま 観世ふ	にんじん カットわかめ レタス きゅうり こまつな パナナ	497	12.87	11.42	
10	火	ヤクルト	ご飯 白身魚の味噌マヨ焼き 五色ナムル ふりかけ 味噌汁	マリービスケット ココア	ヤクルト からすかかれい 角ハム かたくちいわ し 牛乳	精白米 薄力粉	もやし にんじん ほうれんそう コーン缶詰 キャベツ たまねぎ	539	22.93	12.20	
11	水	牛乳	ご飯 牛丼風煮 ひじきサラダ 味噌汁	原宿ドック 麦茶	牛乳 豚小間肉 卵 ちくわ 木綿豆腐 かたくちい わし	精白米 しらたき 三温糖	たまねぎ にんじん しいたけ ひじき きゅうり カットわかめ	473	18.03	11.41	
12	木	ヤクルト	長崎ちゃんぽん 餃子 みかん	かっぱえびせん 麦茶	ヤクルト 豚小間肉 細切り蒲鉾 牛乳	ラーメン 調合油	にんじん たまねぎ キャベツ もやし コーン缶詰 みかん	419	12.43	12.22	
13	金	牛乳	ビーフストロガノフ ツナサラダ スープ	おっととと 麦茶	牛乳 豚小間肉 ツナ 角ハム	調合油 精白米	たまねぎ マッシュルーム レタス カットわかめ きゅうり コーン缶 詰 白菜 にんじん	476	13.29	15.98	
14	土	ヤクルト	中華丼 オレンジ スープ		ヤクルト 豚小間肉 なんと	ごま油 上白糖 片栗粉 精白米	白菜 にんじん しいたけ しょうが ねぎ オレンジ カットわかめ	429	12.14	10.72	
16	月	牛乳	ご飯 かぼちゃひき肉フライ 海藻サラダ 味 噌汁	りんごゼリー せんべい	牛乳 かたくちいわし	精白米 調合油 観世ふ	海藻ミックス カットわかめ レタス きゅうり コーン缶詰 こまつな ぶなしめじ	425	8.93	8.86	
17	火	牛乳	ご飯 煮込みハンバーグ キャベツとひじき のサラダ スープ	ミニたい焼き 幼児牛乳	牛乳 ツナ 幼児牛乳	精白米 有塩バター 上白糖	たまねぎ ぶなしめじ キャベツ にんじん ひじき コーン缶詰 白菜 えのきたけ	469	15.97	14.33	
18	水	牛乳	ご飯 マーボウ豆腐 拌三絲 スープ	アンパンマ揚げせんべい 麦茶	牛乳 ぶたひき肉 木綿豆腐 角ハム 卵	精白米 調合油 ごま油 三温糖 片栗粉 はるさめ 上白糖	ねぎ たけのこ 干しいたけ しょうが きゅうり にんじん あさつき	506	15.72	15.31	
19	木	ヤクルト	0・1・2歳 お弁当給食	お野菜ポテコ 白ぶどう&ほうれん草	ヤクルト 生鮭 ウインナー	いりごま 精白米 三温糖 調合油 さつまいも 上 白糖 黒いりごま	炊き込みわかめ きゅうり パナナ	655	19.70	19.83	
20	金	牛乳	メキシカンライス ツナともやしサラダ スープ	たべっ子どうぶつ 幼児りんご	牛乳 皮なしウインナー ツナ なんと	精白米 調合油 有塩バター	たまねぎ にんじん コーン缶詰 マッシュルーム もやし きゅうり カットわかめ えのきたけ 幼児りんご	444	10.00	12.56	
21	土	ヤクルト	パン ヨーグルト 麦茶		ヤクルト ヨーグルト			446	10.26	10.26	
24	火	牛乳	ご飯 かじき煮 マカロニサラダ 味噌汁	りんご 麦茶	牛乳 めかじき 角ハム 木綿豆腐 かたくちいわ し	精白米 三温糖 マカロニ	しょうが きゅうり にんじん なめこ ねぎ りんご	424	18.19	9.32	
25	水	ヤクルト	きんぎょ飯 揚げシュウマイ ポリポリ胡瓜 め った汁	さやえんどう 麦茶	ヤクルト 油揚げ 豚小間肉	精白米 上白糖 調合油 ごま油 いりごま さつま いも	にんじん 干しいたけ きゅうり だいこん ごぼう ねぎ	458	13.10	13.48	
26	木	ヤクルト	スパゲティマトソース みかん スープ	アップルクーヘン 麦茶	ヤクルト ツナ パルメザンチーズ 卵	スパゲティ 調合油 片栗粉 ホットケーキミックス 上白糖 有塩バター	ぶなしめじ にんじん たまねぎ トマトカット缶 みかん コーン缶 詰 こまつな りんご	514	15.66	16.11	
27	金	牛乳	ハヤシライス ミモザサラダ スープ	ソフトサラダ アップル&キャロット	牛乳 豚小間肉 卵 角ハム	調合油 精白米 じゃがいも	たまねぎ マッシュルーム えのきたけ にんじん きゅうり カットわ かめ 白菜	525	14.76	14.66	
28	土	ヤクルト	わかめラーメン 味付け卵 パナナ		ヤクルト 卵	ラーメン	ねぎ コーン缶詰 カットわかめ パナナ	401	13.00	8.95	
30	月	牛乳	ご飯 納豆 餃子 中華きゅうり スープ	堅あげポテト 麦茶	牛乳 納豆 しらす干し かつお節 なんと	精白米 調合油 上白糖 ごま油	きゅうり カットわかめ ねぎ	439	15.16	13.76	
都合により、メニューを変更する場合もあります。								月 平 均	480	15.11	13.01