

☆目標☆
感謝の気持ちをもって
食事をしよう！

★旬の食材★
サケ・サバ・さつま芋・白菜
しめじ・えのき・りんご
れんこん・ごぼう・小松菜
ブロッコリー・
ほうれん草・大根葉



11月

献立表

2025 西嶺保育園

1日（土） 豚丼 豚肉 玉ねぎ 人参 しめじ 糸こんにゃく 生姜 いりごま もずくの味噌汁 もずく 人参 玉ねぎ 市販菓子					
3日（月）	4日（火）	5日（水）	6日（木）	7日（金）	8日（土）作品展
文化の日	オイスター炒め 豚肉 ブロッコリー しめじ 人参 にんにく	揚げの卵とじ 油揚げ 卵 玉ねぎ 人参 ねぎ	サケフライ サケ 卵 小麦粉 とんかつソース	筑前煮 鶏肉 人参 ごぼう れんこん こんにゃく さつま揚げ	鶏南蛮うどん 鶏肉 ねぎ 白菜 人参 うどん
	ひじきの煮つけ ひじき 油揚げ 人参	白菜の中華サラダ 白菜 人参 ハム コーン すりごま	コールスロー キャベツ 人参 きゅうり コーン マヨネーズ	ブロッコリーのごま和え ブロッコリー 人参 きゅうり いりごま	野菜の梅おかか 人参 きゅうり キャベツ 梅干し かつお節
	さつま芋の味噌汁 さつま芋	わかめの中華スープ わかめ 人参 玉ねぎ	コンソメスープ 切干大根 人参 玉ねぎ	なめこの味噌汁 なめこ わかめ	
	ベリージャムサンド ベリージャム 食パン	アメリカンドッグ ホットケーキミックス 牛乳 ウィンナー	りんごゼリー りんご リンゴジュース レモン果汁	たぬきおにぎり 米 天かす	市販菓子
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
10日（月）	11日（火）お弁当の日	12日（水）	13日（木）	14日（金）お誕生日会	15日（土）
親子丼 鶏肉 卵 玉ねぎ 人参 しめじ ふ 片栗粉	サバの塩焼き サバ	チリコンカン 大豆水煮 合挽きミンチ 玉ねぎ 人参 じゃが芋 トマト缶	そばろ丼 鶏ミンチ 玉ねぎ 人参 糸こんにゃく しめじ 生姜	豆腐ハンバーグ 木綿豆腐 鶏ミンチ 玉ねぎ 生姜 パン粉 片栗粉	豚丼 豚肉 玉ねぎ 人参 しめじ 糸こんにゃく 生姜 いりごま
	小松菜の煮びたし 小松菜 切干大根 油揚げ 人参	ブロッコリーのごま和え ブロッコリー 人参 きゅうり いりごま		きんぴらごぼう ごぼう 人参 こんにゃく すりごま	
もやしの赤だし もやし 人参 玉ねぎ	じゃが芋の味噌汁 じゃが芋 玉ねぎ	卵スープ 卵 人参 玉ねぎ	かまぼこのすまし汁 かまぼこ 干し椎茸 ほうれん草	キャベツのかきたま汁 キャベツ 卵 人参 片栗粉	もずくの味噌汁 もずく 人参 玉ねぎ
サケと大根葉のご飯 米 サケフレーク 大根葉 いりごま	シュガートースト バター 食パン	焼き芋 さつま芋	りんごゼリー りんご リンゴジュース レモン果汁	かぼちゃプリン かぼちゃ プリンミックス 牛乳 ホイップ	市販菓子
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
17日（月）	18日（火）	19日（水）	20日（木）	21日（金）	22日（土）
オイスター炒め 豚肉 ブロッコリー しめじ 人参 にんにく	揚げの卵とじ 油揚げ 卵 玉ねぎ 人参 ねぎ	そばろ丼 鶏ミンチ 玉ねぎ 人参 糸こんにゃく しめじ 生姜	親子丼 鶏肉 卵 玉ねぎ 人参 しめじ ふ 片栗粉	ハヤシライス 合挽きミンチ しめじ 玉ねぎ 人参	鶏南蛮うどん 鶏肉 ねぎ 白菜 人参 うどん
ひじきの煮つけ ひじき 油揚げ 人参	白菜の中華サラダ 白菜 人参 ハム コーン すりごま			チンゲン菜のソテー チンゲン菜 ベーコン 人参 コーン	野菜の梅おかか 人参 きゅうり キャベツ 梅干し かつお節
さつま芋の味噌汁 さつま芋	わかめの中華スープ わかめ 人参 玉ねぎ	かまぼこのすまし汁 かまぼこ 干し椎茸 ほうれん草	じゃが芋の味噌汁 じゃが芋 玉ねぎ		
ベリージャムサンド ベリージャム 食パン	サケと大根葉のご飯 米 サケフレーク 大根葉 いりごま	市販菓子	焼きビーフン 豚肉 キャベツ 人参 白ねぎ ビーマン ビーフン	みかんヨーグルト みかん缶 ヨーグルト	市販菓子
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳		
24日（月）	25日（火）	26日（水）	27日（木）	28日（金）	29日（土）
振替休日	サバの塩焼き サバ	筑前煮 鶏肉 人参 ごぼう れんこん こんにゃく さつま揚げ	サケフライ サケ 卵 小麦粉 とんかつソース	ハヤシライス 合挽きミンチ しめじ 玉ねぎ 人参	豚丼 豚肉 玉ねぎ 人参 しめじ 糸こんにゃく 生姜 いりごま
	小松菜の煮びたし 小松菜 切干大根 油揚げ 人参	豆腐サラダ 木綿豆腐 ツナ ひじき 水菜 コーン いりごま	コールスロー キャベツ 人参 きゅうり コーン マヨネーズ	チンゲン菜のソテー チンゲン菜 ベーコン 人参 コーン	
	もやしの赤だし もやし 人参 玉ねぎ	なめこの味噌汁 なめこ わかめ	コンソメスープ 切干大根 人参 玉ねぎ		もずくの味噌汁 もずく 人参 玉ねぎ
	焼きビーフン 豚肉 キャベツ 人参 白ねぎ ビーマン ビーフン	アメリカンドッグ ホットケーキミックス 牛乳 ウィンナー	シュガートースト バター 食パン	みかんヨーグルト みかん缶 ヨーグルト	市販菓子
	牛乳	牛乳	牛乳		

☆ お誕生日会 ☆
今月は
14日（金）です

☆ お弁当の日 ☆
今月は
11日（火）です