

2024年 11月分献立表

ふらっと保育園

日 曜	中期食		後期食		完了食	おやつ	午 前
	午前	午後	午前	午後	献立		午 後
1 金			軟飯 白菜の豚そぼろ煮 みそ汁 (茄子、人参) 麦茶	やわらかわかめうどん (玉ねぎ) 小松菜とコーンの和え物 麦茶	ごはん 麻婆白菜 小松菜とコーンの和え物 みそ汁 (茄子、人参) 麦茶	せんべい 麦茶 牛乳 たぬきうどん 麦茶 牛乳	
2 土			やわらかきのこスパゲティ (ささみ、玉ねぎ、えのき、しめじ) きざみ果物 (もも缶) 麦茶	軟飯 煮魚 (鮭) みそ汁 (ほうれん草、玉ねぎ) 麦茶	鮭とほうれん草のクリームスパゲティ しめじとキャベツのスープ 果物 (もも缶) 麦茶	クッキー 麦茶 牛乳 レーズンパン 麦茶 牛乳	
5 火			軟飯 カレイのかぶおろし煮 みそ汁 (キャベツ、ごぼう) 麦茶	軟飯 大根と人参の煮物 みそ汁 (胡瓜、麩) 麦茶	ごはん ぶり大根 かぶの甘酢和え みそ汁 (キャベツ、ごぼう) 麦茶	せんべい 麦茶 牛乳 ポップコーン (醤油バター) 麦茶 牛乳	
6 水			軟飯 ブチ豚ハンバーグ (玉ねぎ) みそ汁 (里芋、しめじ) 麦茶	軟飯 チンゲン菜のごま風味 みそ汁 (豆腐、人参) 麦茶	ゆかりごはん 八宝豆腐 みそ汁 (里芋、しめじ) 果物 (みかん) 麦茶	ビスケット 麦茶 牛乳 みそおにぎり 麦茶 牛乳	
7 木			軟飯 煮魚 (鮭) みそ汁 (ほうれん草、玉ねぎ) 麦茶	軟飯 南瓜の豚ぼろ煮 わかめと麩のスープ 麦茶	ごはん 鮭の塩焼き かぼちゃのそぼろあんかけ みそ汁 (ほうれん草、玉ねぎ) 麦茶	ヨーグルト 麦茶 ドーナツ 麦茶 牛乳	
8 金			軟飯 鶏肉の照り煮 みそ汁 (大根、なめこ) 麦茶	やわらか鶏トマトのスパゲティ (玉ねぎ) ブロッコリーのスープ 麦茶	ごはん タンドリーチキン ブロッコリーサラダ (わかめ) みそ汁 (なめこ、大根) 麦茶	せんべい 麦茶 牛乳 おやつナポリタン 麦茶 牛乳	
9 土			やわらか豚白菜味噌うどん (玉ねぎ) きざみ果物 (パイナップル缶) 麦茶	軟飯 チンゲン菜と人参の炒め煮 みそ汁 (もやし) 麦茶	あんかけ焼きそば もやしとチンゲン菜のナムル 果物 (パイナップル缶) 麦茶	クッキー 麦茶 牛乳 スティックパン 麦茶 牛乳	
11 月			軟飯 さつまいもの鶏そぼろ煮 みそ汁 (玉ねぎ、人参) 麦茶	軟飯 きざみトマト みそ汁 (胡瓜、わかめ) 麦茶	ロールパン 彩の国シチュー (乳) トマトと胡瓜のサラダ 果物 (柿) 麦茶	クラッカー 麦茶 牛乳 手作りゼリー (りんご) せんべい 麦茶、牛乳	
12 火			軟飯 煮魚 (かじき) みそ汁 (白菜、しいたけ) 麦茶	軟飯 小松菜ののり和え みそ汁 (人参、麩) 麦茶	ごはん かじきのねぎ味噌焼き 小松菜と油揚げの煮びたし スープ (しいたけ、白菜) 麦茶	せんべい 麦茶 牛乳 ひじきごはん 麦茶 牛乳	
13 水			軟飯 豚ひき肉とキャベツの炒め煮 みそ汁 (南瓜、いんげん) 麦茶	コーンフレークのミルク煮 人参のうす味煮 きざみ果物 (パイナップル) 麦茶	ごはん コクウま肉野菜炒め みそ汁 (南瓜、いんげん) 果物 (パイナップル) 麦茶	ビスケット 麦茶 牛乳 コーンフレーク 麦茶 牛乳	
14 木			軟飯 ほうれん草のだししょうゆ みそ汁 (えのき、じゃが芋) 麦茶	軟飯 煮魚 (カレイ) みそ汁 (人参、胡瓜) 麦茶	ごはん 鯖の煮つけ 切干サラダ みそ汁 (じゃが芋、えのき) 麦茶	ヨーグルト 麦茶 ほうれん草蒸しパン 麦茶 牛乳	
15 金			軟飯 鶏肉のみそ煮 すまし汁 (豆腐、わかめ) 麦茶	やわらか野菜うどん (玉ねぎ、ほうれん草) 人参と麩の煮物 麦茶	【七五三】 赤飯 鶏のくわ焼き 甘酢れんこん すまし汁 (豆腐、わかめ) 麦茶	せんべい 麦茶 牛乳 味噌ラーメン 麦茶 牛乳	

2024年 11月分献立表

ふらっと保育園

日 ／ 曜	中期食		後期食		完了食	おやつ	午 前
	午前	午後	午前	午後	献立		午 後
18 ／ 月			軟飯 白菜の豚そぼろ煮 みそ汁（切干、わかめ） 麦茶	軟飯 しめじと人参の炒め煮 みそ汁（玉ねぎ） 麦茶	豚肉きのこ丼 白菜と春菊のサラダ みそ汁（切干大根、わかめ） 麦茶	クラッカー 麦茶 牛乳 クロワッサンいちごジャムサンド 麦茶 牛乳	
19 ／ 火			軟飯 煮魚（たら） みそ汁（もやし、人参） 麦茶	軟飯 ツナキャベツ煮 みそ汁（コーン、じゃが芋） 麦茶	【お誕生日会】 ごはん 鱈のフライ コールスロー みそ汁（もやし、油揚げ） 麦茶	せんべい 麦茶 牛乳 【お誕生日会おやつ】 お誕生日ケーキ 麦茶、牛乳	
20 ／ 水			軟飯 ブチ豚ハンバーグ （玉ねぎ） みそ汁（里芋、しめじ） 麦茶	軟飯 チンゲン菜のごま風味 みそ汁（豆腐、人参） 麦茶	ゆかりごはん 八宝豆腐 みそ汁（里芋、しめじ） 果物（みかん） 麦茶	ビスケット 麦茶 牛乳 みそおにぎり 麦茶 牛乳	
21 ／ 木			軟飯 煮魚（鮭） みそ汁（ほうれん草、玉ねぎ） 麦茶	軟飯 南瓜の豚ぼろ煮 わかめと麩のスープ 麦茶	ごはん 鮭の塩焼き かぼちゃのそぼろあんかけ みそ汁（ほうれん草、玉ねぎ） 麦茶	ヨーグルト 麦茶 ドーナツ 麦茶 牛乳	
22 ／ 金			軟飯 鶏肉の照り煮 みそ汁（大根、なめこ） 麦茶	やわらか鶏トマトのスパゲティ （玉ねぎ） ブロッコリーのスープ 麦茶	ごはん タンドリーチキン ブロッコリーサラダ（わかめ） みそ汁（なめこ、大根） 麦茶	せんべい 麦茶 牛乳 おやつナポリタン 麦茶 牛乳	
25 ／ 月			軟飯 さつま芋の鶏そぼろ煮 みそ汁（玉ねぎ、人参） 麦茶	軟飯 きざみトマト みそ汁（胡瓜、わかめ） 麦茶	ロールパン 彩の国シチュー（乳） トマトと胡瓜のサラダ 果物（柿） 麦茶	クラッカー 麦茶 牛乳 手作りゼリー（りんご） せんべい 麦茶、牛乳	
26 ／ 火			軟飯 煮魚（かじき） みそ汁（白菜、しいたけ） 麦茶	軟飯 小松菜ののり和え みそ汁（人参、麩） 麦茶	ごはん かじきのねぎ味噌焼き 小松菜と油揚げの煮びたし スープ（しいたけ、白菜） 麦茶	せんべい 麦茶 牛乳 ひじきごはん 麦茶 牛乳	
27 ／ 水			軟飯 豚ひき肉とキャベツの炒め煮 みそ汁（南瓜、いんげん） 麦茶	コーンフレークのミルク煮 人参のうす味煮 きざみ果物（パイナップル） 麦茶	ごはん コクウま肉野菜炒め みそ汁（南瓜、いんげん） 果物（パイナップル） 麦茶	ビスケット 麦茶 牛乳 コーンフレーク 麦茶 牛乳	
28 ／ 木			軟飯 ほうれん草のだししょうゆ みそ汁（えのき、じゃが芋） 麦茶	軟飯 煮魚（カレイ） みそ汁（人参、胡瓜） 麦茶	ごはん 鯖の煮つけ 切干サラダ みそ汁（じゃが芋、えのき） 麦茶	ヨーグルト 麦茶 ほうれん草蒸しパン 麦茶 牛乳	
29 ／ 金			軟飯 白菜の豚そぼろ煮 みそ汁（茄子、人参） 麦茶	やわらかわかめうどん （玉ねぎ） 小松菜とコーンの和え物 麦茶	ごはん 麻婆白菜 小松菜とコーンの和え物 みそ汁（茄子、人参） 麦茶	せんべい 麦茶 牛乳 たぬきうどん 麦茶 牛乳	
30 ／ 土			やわらか豚肉うどん （人参） きざみ果物（みかん缶） 麦茶	軟飯 いんげんの豚そぼろ煮 みそ汁（さつま芋、玉ねぎ） 麦茶	カレーうどん さつま芋のレーズン煮 果物（みかん缶） 麦茶	クッキー 麦茶 牛乳 黒糖パン 麦茶 牛乳	

※材料の都合により、献立は変更になる場合がございますので予めご了承ください。