2026年度

11月　こ　ん　だ　て

日（曜）	朝おやつ（1･2歳）	お昼のこんだて	3時のおやつ	延長食	力のもとになる	血や肉をつくる	体の調子をととのえる	調味料
2 16 30 （月）	牛乳	ふんわり食パン ハンバーグ マセドアンサラダ かにかまスープ（かにかま･水菜）	炊き込みご飯 牛乳	きな粉 せんべい 麦茶	ふんわり食パン･パン粉 じゃが芋･七分つき米 マヨドレ（卵なし） 三温糖･ごま油･サラダ油	豚ひき肉･高野豆腐 豆腐･かにかま･ハム 鶏もも肉･油揚げ 牛乳	玉葱･人参･きゅうり･コーン缶 水菜･ひじき	ケチャップ･ソース 醤油･コンソメ･塩 みりん･酒
17 （火）	牛乳	ごはん かじきのソース煮 大豆の五目煮 チンゲン菜スープ（チンゲン菜･コーン）	味噌ラーメン 牛乳	ベビー スティック 麦茶	七分つき米･しらたき 中華麺･マーガリン 片栗粉 砂糖･三温糖･サラダ油	かじき･大豆 さつま揚げ･豚ひき肉 牛乳	人参･ひじき･チンゲン菜 コーン缶･キャベツ･もやし 生姜	ソース･みりん･酒 醤油･コンソメ･塩 かつおだし･味噌 鶏がら
4 ・ 18 （水）	牛乳	鶏肉の唐揚げ丼 キャベツのおかか和え 味噌汁（大根･万能葱）	いちごジャムマフィン 牛乳	ミニ のりすけ 麦茶	七分つき米･マーガリン ホットケーキミックス･薄力粉 いちごジャム･片栗粉 砂糖･サラダ油	鶏もも肉･かまぼこ かつお節･牛乳	キャベツ･人参･生姜 大根･万能葱･海苔	醤油･みりん･酒 味噌 煮干しだし･昆布だし
5 ・ 19 （木）	ミロ	ごはん 鮭のムニエル　　バナナ バンサンスー 豚汁	5日：（非常食） さつま芋のレモン煮 19日：クッキー 牛乳	きな粉 せんべい 麦茶	七分つき米･薄力粉 マーガリン･春雨 さつま芋のレモン煮 砂糖･ごま油	鮭･ハム･油揚げ 豚バラ肉 牛乳	きゅうり･人参･大根･ごぼう バナナ･ミロ･ひじき ココア	塩･醤油･酢 味噌 煮干しだし･昆布だし
6 ・ 20 （金）	ミロ	ごはん 豚肉の生姜焼き ブロッコリーのフレンチサラダ きのこスープ（エリンギ･えのき）	（中部地方郷土料理） 五平餅 牛乳	ベビー スティック 麦茶	七分つき米 精白米･ごま 砂糖･サラダ油	豚もも肉 チーズ 牛乳	玉葱･ブロッコリー･人参･コーン缶 エリンギ･えのき･ミロ 生姜	醤油･みりん･酒 酢･塩･コンソメ 赤味噌
7 ・ 21 （土）	牛乳	ごはん 麻婆豆腐 きゅうりの和え物 わかめスープ（わかめ･ごま）	カルピスゼリー ミニ若菜おにぎり 牛乳	なし	七分つき米･ごま 片栗粉 砂糖･ごま油	豆腐･豚ひき肉 カルピス･ゼラチン 牛乳	玉葱･きゅうり･もやし･人参 ひじき･わかめ･生姜 若菜おにぎりの素	オイスターソース･醤油 味噌･コンソメ･塩･酢
9 （月）	牛乳	ごはん 鶏肉の塩ダレ焼き　　りんご ひじきの煮物 味噌汁（なめこ･小松菜）	ミートスパゲティ 牛乳	ミニ のりすけ 麦茶	七分つき米 スパゲティ 砂糖･三温糖･ごま油･サラダ油	鶏もも肉･大豆 豚ひき肉･粉チーズ 牛乳	万能葱･ひじき･人参･玉葱 なめこ･小松菜･りんご トマトピューレ	鶏がら･塩･醤油･みりん 酒･味噌 煮干しだし･昆布だし ケチャップ･ソース
10 ・ 24 （火）	牛乳	ごはん エビフライ かぶのサラダ すまし汁（かまぼこ･三つ葉）	小倉サンド 牛乳	きな粉 せんべい 麦茶	七分つき米･パン粉･薄力粉 食パン･こしあん 砂糖･ごま油･サラダ油	エビ･ハム かまぼこ 牛乳	かぶ･きゅうり･人参･コーン缶 三つ葉	ケチャップ･ソース 醤油･酢･塩･酒 かつおだし･昆布だし
11 ・ 25 （水）	牛乳	ごはん 厚揚入りそぼろ味噌炒め キャベツサラダ オニオンスープ（玉葱･パセリ）	ピラフ 牛乳	ベビー スティック 麦茶	七分つき米･片栗粉 精白米･マーガリン 砂糖･ごま油･サラダ油	厚揚げ･豚ひき肉 かにかま･ウインナー 牛乳	ニラ･玉葱･キャベツ･人参 きゅうり･パセリ缶･生姜 ピーマン･コーン缶	味噌･みりん･酒 醤油･酢･コンソメ･塩
12 ・ 26 （木）	ミロ	ごはん かれいの香味焼き　　納豆 塩ナムル 味噌汁（豆腐･わかめ）	12日：ココアババロア 26日：（誕生日ケーキ） きな粉ケーキ 牛乳	ミニ のりすけ 麦茶	七分つき米 ホットケーキミックス マーガリン 砂糖･三温糖･ごま油	かれい･豆腐･きな粉 生クリーム･ゼラチン 納豆･牛乳	長葱･生姜･小松菜･もやし 人参･わかめ･ココア ミロ	醤油･みりん･酒 鶏がら･味噌･塩 煮干しだし･昆布だし
13 ・ 27 （金）	ミロ	ごはん カレー　　みかん 切り干し大根のサラダ 味噌汁（茄子･長葱）	さつま芋ドーナツ 牛乳	きな粉 せんべい 麦茶	七分つき米･じゃが芋･さつま芋 ホットケーキミックス マーガリン･グラニュー糖 砂糖･ごま油･サラダ油	豚もも肉･ツナ缶 豆乳 牛乳	玉葱･人参･切り干し大根 きゅうり･ひじき･茄子･長葱 みかん･ミロ	カレールウ･醤油･酢 味噌 煮干しだし･昆布だし
14 ・ 28 （土）	牛乳	ごはん 松風焼き ほうれん草の和え物 かぶのスープ（かぶ･かぶの葉）	昆布おにぎり 牛乳	なし	七分つき米 パン粉･ごま 砂糖･ごま油･サラダ油	鶏ひき肉･豆腐 竹輪 牛乳	玉葱･ほうれん草･人参 かぶ･かぶの葉 塩昆布･海苔	味噌･みりん･醤油･酢 コンソメ･塩

＊材料の都合によりメニューに変更があることをご了承ください。　　＜献立作成者＞　久保田

末吉にこにこ保育園

＊完了食は白米を使用します。
＊完了食のりんご･梨は加熱して提供します。
＊卵･そば･さば･魚卵･ピーナッツ･ナッツ類（栗、ココアは使用）･山芋･キウイ･イカは献立に使用しません。