



# 11月 給食献立予定表

♡ スプーンを使うメニュー  
☆ 新メニュー

日	曜	3歳未満児 10時のおやつ	主食	副食	材料	3時のおやつ	
1	金	お茶 ビスケット	麺	きのこのミートスパゲッティ 和豆サラダ 白菜クリームスープ	合挽き肉 玉葱 トマト ホール缶 しめじ エリンギ マッシュルーム にんにく スパゲッティ いんげん豆 大豆 金時豆 さつま芋 えび マヨネーズ 白菜 コーン スキムミルク	お茶 塩おにぎり/昆布の佃煮	
2	土	お茶 卵ぼうろ	ご飯	芋煮 大根と人参の甘酢和え 味噌汁	さつま芋 鶏肉 人参 こんにやく 葱 いんげん豆 大根 昆布 茄子 玉葱 小松菜 ワカメ イリコ 昆布 味噌 他	お茶 丸ぼうろ	
5	火	お茶 ボン菓子	ご飯	♡ ごぼうときのこのポークカレー 海藻サラダ 柿	豚肉 ごぼう しめじ 玉ねぎ さつま芋 生姜 にんにく カレールー 海藻ミックス 水菜 春雨 人参 柿 牛乳 林檎 卵 コーンスターチ 他	牛乳 林檎カスタード蒸しパン	
6	水	お茶 ミニケーキ	ご飯	鯖の味噌煮 小松菜とエリンギの和え物 根菜スープ	鯖 生姜 味噌 小松菜 ささみ エリンギ 人参 ゴマ もやし 山芋 卵 昆布 いらこ 牛乳 豆乳 黒砂糖 他	牛乳 黒糖と豆乳のかりんとう	
7	木	お茶 クラッカー	ご飯	厚揚げ豆腐のみぞれ煮 ☆ひじきの柚子和え のっぺい汁	厚揚げ 大根 小ねぎ かつお節 海苔 ひじき 法連草 コーン 柚子 大根 人参 里芋 ごぼう 白葱 こんにやく 昆布 コーンフレーク 干しごぼう ナガ	牛乳 フルーツコーンフレーク	
8	金	お茶 バームクーヘン	麺	にゅうめん がね パナナ	ずしあげ 干し椎茸 かまぼこ 法連草 小ねぎ かつお節 そうめん ごぼう さつま芋 春菊 人参 れんこん 林檎 じゃこ ワカメ 米 他	お茶 ワカメとちりめんのおにぎり	
9	土	お茶 せんべい	ご飯	大豆と昆布の煮物 切り干し大根のケチャップ炒め 豚汁	大豆 昆布 切り干し大根 玉葱 人参 コーン ウインナー 豚肉 ごぼう 大根 里芋 こんにやく みそ 小ねぎ 他	お茶 ウエハース	
11	月	お茶 かりんとう	ご飯	ちくわの磯部揚げ 大豆のチリコンカン ワカメスープ	ちくわ 青のり 牛挽肉 大豆 玉葱 マッシュルーム コーン トマトホール パセリ ワカメ エノキ 大根 イリコ 南瓜 チーズ 卵 牛乳 他	牛乳 南瓜チーズマフィン	
12	火	お茶 クッキー	ご飯	えびときのこのオムレツ れんこんサラダ 黒豆トマトスープ	卵 キャベツ えび れんこん 水菜 大根 じゃこ 鶏肉 黒豆 じゃが芋 トマトホール缶 にんにく 甘酒 豆乳 味噌 メイプルシロップ 他	牛乳 ☆味噌と甘酒のパンケーキ	
13	水	お茶 ウエハース	ご飯	魚のしゅんゆい 鶏胸肉と秋野菜の金平 味噌汁	魚 鶏胸肉 さつま芋 蓮根 ごぼう 豆腐 法連草 いらこ 昆布 味噌 スキムミルク 牛乳 レモン汁 パナナ 他	ラッシー バナナ	
14	木	お茶 卵ぼうろ	麺	白菜ちゃんぽん ポテトサラダ オレンジ	白菜 えびイカ 人参 もやし 豆乳 エリンギ きくらげ かまぼこ 柚子 中華麺 じゃが芋 ブロッコリー 卵 マヨネーズ オレンジ 小松菜 ツナ 昆布 ゴま かつお節 他	お茶 ☆小松菜とツナのみそおにぎり	
15	金	お茶 ビスケット	ご飯	高野豆腐のナゲット きつね和え ☆キャベツとささみのスープ	鶏挽肉 高野豆腐 玉葱 人参 卵 カレー粉 パン粉 小松菜 もやし 人参 油揚げ かつお節 ささみ 生椎茸 キャベツ 鶏ガラ メロンパン 他	お茶 メロンパン	
16	土	🌸🌸🌸🌸🌸 秋 祭 り 🌸🌸🌸🌸🌸					
18	月	お茶 クラッカー	ご飯	♡ 真っ白シチュー きんぴらごぼう みかん	鶏肉 玉葱 じゃが芋 カリフラワー かぶ スキムミルク シチュウミックス ごぼう 人参 糸こんにやく ごま みかん ココア 卵 生クリーム 牛乳 他	牛乳 ココアケーキ	
19	火	お茶 ボン菓子	ご飯	やみつきチキン 胡瓜とちくわのゆかり和え かき玉汁	鶏もも肉 にんにく マヨネーズ 胡瓜 もやし ちくわ ゆかり 法連草 卵 人参 かつお節 牛乳 おから 苺ジャム 他	牛乳 ストロベリースコーン	
20	水	お茶 ビスケット	ご飯	豆腐の中華風あんかけ 伴三糸糸 小松菜きのこスープ	豆腐 春雨 人参 水菜 きくらげ 卵 小松菜 エノキ 生椎茸 玉葱 生姜 昆布 牛乳 白菜 卵 イカ コーン 葱 かつお節 お好み焼粉 他	牛乳 白菜お好み焼	
21	木	お茶 クッキー	ご飯	ハムピカタ 納豆みそ 高野豆腐と春菊の清汁	卵 玉葱 ハム チーズ コーン スキムミルク 納豆 ゴマ 味噌 豚挽き肉 高野豆腐 春菊 生椎茸 イリコ 昆布 バター 牛乳 他	牛乳 ポップコーン	
22	金	お茶 ミニケーキ	ご飯	魚の香味焼き ひじきと大豆の煮物 味噌汁 手作り梅干し	魚 柚子 ひじき 大豆 昆布 干し椎茸 ゴマ 人参 南瓜 玉葱 ワカメ ワカメ エノキ 梅干し 牛乳 さつま芋 他	牛乳 みたらしさつま芋団子	
25	月	お茶 せんべい	ご飯	鶏肉と根菜の甘酢炒め ☆ブロッコリーとカリフラワーのナムル 葱とワカメの春雨スープ	鶏肉 蓮根 さつま芋 ブロッコリー カリフラワー にんにく ゴマ 春雨 ワカメ 葱 いらこ 昆布 牛乳 食パン 豆乳 黒糖 きび砂糖 他	牛乳 黒糖フレンチトースト	
26	火	お茶 かりんとう	ご飯	塩麻婆豆腐 春菊ともやしの胡麻和え 粟米湯	豆腐 鶏挽肉 白葱 小松菜 生姜 にんにく きくらげ 春菊 もやし 白菜 かまぼこ ごま クリームコーン 卵 小ねぎ さつま芋 バター 他	牛乳 スイートポテト	
27	水	お茶 卵ぼうろ	ご飯	魚のトマトソース マカロニサラダ 旬野菜と押し麦スープ	魚 トマトホール缶 玉葱 にんにく マカロニ 水菜 ハム コーン マヨネーズ 押し麦 蓮根 エリンギ ごぼう 白菜 春菊 パナナ 林檎 バインキウイ 他	牛乳 フルーツヨーグルト	
28	木	お茶 バームクーヘン	ご飯	南瓜とチーズのコロッケ 白和え ☆鶏肉とかぶのスープ	南瓜 玉葱 チーズ 卵 パン粉 豆腐 法連草 糸こんにやく 生椎茸 人参 ゴま かぶ しめじ 鶏ガラ 牛乳 コッパン 小豆 豆乳クリーム	牛乳 あんこと豆乳クリームのコッパン	
29	金	お茶 ビスケット	麺	和風ラーメン 旬野菜の煮物 オレンジ	れんこん ごぼう 人参 里芋 干し椎茸 昆布 生姜 天ぷら きくらげ ささみ 小ねぎ 水菜 中華麺 かつお節 オレンジ 鶏肉 玉葱 いんげん豆 他	お茶 チキンライスおにぎり	
30	土	お茶 ウエハース	ご飯	☆豆腐の柚子味噌やき 塩南瓜サラダ ☆白菜とハムの生美豆乳汁	柚子 厚揚げ 南瓜 ベーコン 卵 ブロッコリー 白菜 ハム 生姜 豆乳 昆布 米 他	お茶 せんべい	

材料の都合により、献立の変更をすることがあります。 江上保育園

\*11月19日は、令和5年度久留米市保育所連盟食育研修会にて考案された献立です。

## 和食の日

11月24日は、和食の日です。日本の伝統的な食文化について見直し、和食文化の保護・継承の大切さについて考える日とされています。  
秋の実りの季節に、新米とだしを使った汁もの、旬の魚や野菜を取り入れた主菜・副菜で和食をいただきます。

