



11月の予定こんだてひょう(3~5才児)



令和6年度

矢板保育園

日	曜	昼食	おやつ	カロリー	タンパク	脂質	塩分	赤; 血や肉になる	黄; 熱や力になる	緑; 調子をととのえる
1	金	お誕生会・・・デミグラスソースハンバーグ 花野菜サラダ・スマイルポテト きのこピラフ・みかんゼリー・牛乳	フルーツのセパン ケーキ 麦茶	574	18.6	17.3	2.8	豚肉・牛乳	パン粉・デミグラスソース・精白米 イタリアンドレッシング・スマイルポテト ゼリーの素・ホットケーキミックス・ホイップクリーム	玉ねぎ・カリフラワー・人参・黄桃缶 ブロッコリー・コーン・みかん缶 キノコミックス・ミックスベジタブル
2	土	鶏のから揚げ・大根の和風サラダ さつま芋の甘煮・ごはん 味噌汁・牛乳	サラダせんべい 麦茶	538	18.6	15.8	1.9	鶏肉・牛乳	和風ドレッシング 片栗粉・さつま芋 精白米・サラダせんべい	大根・人参 水菜・コーン もやし・にら
3	日									
4	月	振替休日								
5	火	サバの味噌煮・高野豆腐の五目煮 キャベツの青じそ和え・ごはん すまし汁・牛乳	マシュマロサンド 麦茶	517	23.0	14.7	2.3	サバ 高野豆腐 牛乳	片栗粉・里芋・精白米 青じそドレッシング マシュマロ・リッツ	キャベツ・人参 きゅうり・椎茸・筍 キヌサヤ・白菜
6	水	納豆スパゲティ・チキンナゲット ブロッコリーの和風サラダ 千切り野菜スープ・牛乳	鮭菜飯おにぎり 麦茶	537	20.9	13.9	1.8	納豆・チキンナゲット ウインナー 牛乳・鮭フレーク	スパゲティ 和風ドレッシング 精白米	玉ねぎ・ブロッコリー こねぎ・人参・黄ピーマン キャベツ・椎茸・菜飯の素
7	木	チンジャオロース・エビシューマイ 春雨のマヨネーズサラダ・ごはん わかめスープ・牛乳	黒ゴマトースト 麦茶	587	18.9	22.8	2.3	豚肉・ハム エビシューマイ わかめぎ・牛乳	チンジャオロースの素 春雨・マヨネーズ・精白米 食パン・マーガリン・黒ゴマ	玉ねぎ・筍・ピーマン 人参・チンゲン菜 コーン・ねぎ
8	金	親子丼・ソーセージ磯辺揚げ ほうれん草のおかか和え 味噌汁・牛乳	じゃが芋チーズ 麦茶	517	22.1	17.8	2.1	鶏肉・卵・かつお節 魚肉ソーセージ・青のり 牛乳・チーズ	精白米 てんぷら粉 じゃが芋	三つ葉・ほうれん草 人参・もやし ごぼう・白菜
9	土	豚肉の生姜焼き・白菜の昆布茶和え 里芋味噌煮・ごはん すまし汁・牛乳	醤油せんべい 麦茶	502	19	12.7	2	豚肉 昆布茶 牛乳	精白米 里芋 醤油せんべい	生姜・玉ねぎ・白菜 人参・きゅうり しめじ・小松菜
10	日									
11	月	ポークビーンズ・チーズ入り炒り卵 ブロッコリーのフレンチサラダ ごはん・コンソメスープ・牛乳	アップルレーズン 蒸しパン 麦茶	594	26.1	19.5	2.3	豚肉・大豆 たまごそぼろ・チーズ 牛乳	フレンチ白ドレッシング 精白米 蒸しパンミックス	玉ねぎ・グリーンピース・トマト缶 ブロッコリー・人参・コーン キャベツ・りんご・レーズン
12	火	チキンカレー・福神漬け コロコロサラダ プリン・牛乳	星型せんべい 麦茶	619	20.4	17	2.8	鶏肉 大豆 牛乳	精白米・パーモントフレーク じゃが芋・青じそドレッシング プリンの素・星型せんべい	玉ねぎ・人参 大根・きゅうり コーン・福神漬け
13	水	鶏南蛮うどん・さつま芋の天ぷら もやしの青じそ和え オレンジ・牛乳	野菜粥 麦茶	570	19.5	14.8	2.6	鶏肉・牛乳	うどん・さつま芋 青じそドレッシング てんぷら粉・精白米	玉ねぎ・ねぎ・人参・大根 もやし・黄ピーマン・水菜 オレンジ・白菜・ほうれん草
14	木	麻婆豆腐丼・春雨サラダ エビ団子フライ 卵スープ・牛乳	バナナヨーグルト 麦茶	562	21.5	16.6	1.9	豆腐・豚肉・ハム エビ団子フライ・卵 牛乳・ヨーグルト	精白米・春雨 麻婆豆腐の素 和風ドレッシング	筍・人参・ねぎ・にら チンゲン菜・コーン こねぎ・バナナ
15	金	セレクト給食・・・①ハンバーガー・②フィッシュサンド ③カツサンド・キャベツのイタリアンサラダ フライドポテト・ミネストローネ・牛乳	ひじきおにぎり 麦茶	530	18	16.6	1.9	①豚肉②白身魚フライ ③とんかつ 牛乳・ひじき・油揚げ	コッペパン・じゃが芋 イタリアンドレッシング マカロニ・精白米	玉ねぎ・キャベツ 人参・きゅうり コーン・トマト缶
16	土	いわしの生姜煮・かぼちゃの甘煮 ほうれん草のお浸し・ごはん 田舎汁・牛乳	ビスケット 麦茶	509	20.1	14.7	1.8	いわしの生姜煮 鶏肉 牛乳	精白米 里芋 ビスケット	ほうれん草・もやし 人参・かぼちゃ 大根・ごぼう・白菜
17	日									
18	月	鮭の味噌焼き・白菜の納豆和え 昆布びら・ごはん すまし汁・牛乳	ミニアメリカン ドッグ 麦茶	523	24	14.8	2.2	鮭・納豆 昆布・鶏肉 牛乳	ごま油 精白米 ミニアメリカンドッグ	白菜・人参 水菜・ごぼう ほうれん草・しめじ
19	火	焼きそば・オムレツ ポテトサラダ オニオンスープ・牛乳	いなり寿司 麦茶	576	20.4	25.5	2.4	豚肉 オムレツ 牛乳・味付き稲荷	焼きそば麺・じゃが芋 焼きそばソース マヨネーズ・精白米	キャベツ・人参・にら もやし・きゅうり 玉ねぎ・パセリ
20	水	豆腐入り松風焼き・切干大根煮 ブロッコリーサラダ・ごはん 味噌汁・牛乳	フルーツゼリー 麦茶	522	22.3	13.2	2.1	鶏肉・豆腐 さつま揚げ わかめ・牛乳	パン粉・じゃが芋 和風ドレッシング 精白米・ゼリーの素	ブロッコリー・人参 コーン・切干大根 グリーンピース・みかん缶
21	木	ハムカツ・小松菜のツナ和え ひじき煮・ごはん 味噌汁・牛乳	お麩のラスク 麦茶	557	22.7	15.3	2.2	ハムカツ・ツナ ひじき・さつま揚げ 大豆・牛乳	精白米 里芋 麩・バター	小松菜・もやし 人参 白菜・しめじ
22	金	鶏の中華炒め・揚げ餃子 レンコンサラダ・ごはん 春雨スープ・牛乳	きな粉揚げパン 麦茶	548	17.8	19.9	2.2	鶏肉 餃子 牛乳・きな粉	ごまドレッシング 精白米・春雨 コッペパン	玉ねぎ・人参・白菜 椎茸・レンコン・水菜 コーン・チンゲン菜
23	土	勤労感謝の日								
24	日									
25	月	総合避難訓練・・・根菜カレー ミニコロケ・フルーツポンチ 牛乳	ワッフル 野菜ジュース	613	15.7	19.3	2.2	鶏肉・牛乳	精白米・ミニコロケ パーモントフレーク ワッフル・野菜ジュース	玉ねぎ・人参・大根 レンコン・みかん缶 パイン缶・黄桃缶
26	火	鶏の照り焼き・五色和え 揚げ里芋・菜飯 味噌汁・牛乳	肉まん 麦茶	559	20.8	15.9	2	鶏肉 わかめ・錦糸卵 牛乳	里芋・片栗粉 精白米 肉まん	もやし・人参 きゅうり 白菜・ごぼう
27	水	ツナピラフ・メンチカツ 大根のイタリアンサラダ コンソメスープ・牛乳	ゼリートライフル 麦茶	539	17.3	16.5	2.5	ツナ メンチカツ 牛乳	精白米・ゼリーの素 イタリアンドレッシング カステラ・ホイップクリーム	玉ねぎ・ミックスベジタブル 大根・黄ピーマン・水菜 人参・キャベツ・しめじ・黄桃缶
28	木	醤油ラーメン・春巻き ゆでブロッコリー バナナ・牛乳	トマトチーズ粥 麦茶	548	19.7	15.9	3	豚肉・春巻き 牛乳 ベーコン・チーズ	冷凍ラーメン・精白米	キャベツ・人参・にら もやし・ブロッコリー バナナ・玉ねぎ
29	金	三色丼・金平ごぼう キャベツのごまドレ和え なめこ汁・牛乳	さつま芋チップス 麦茶	512	21.3	17.1	1.8	たまごそぼろ 鶏肉・豆腐 牛乳	精白米 ごまドレッシング さつま芋	ほうれん草・キャベツ 人参・コーン ごぼう・なめこ・ねぎ
30	土	すき焼き風煮・もやしのおかか和え かぼちゃの天ぷら・ごはん 味噌汁・牛乳	星型せんべい 麦茶	509	19.7	16.4	1.8	豚肉・豆腐 かつお節 油揚げ・牛乳	すき焼きのたれ てんぷら粉・精白米 星型せんべい	白菜・人参・玉ねぎ しめじ・もやし・大根 きゅうり・かぼちゃ

*日により献立の一部が変更になる事がありますのでご了承ください



11月の予定こんだてひょう(2才児)



矢板保育園

令和6年度

日	曜	未満児おやつ	食	おやつ	カロリー	タンパク	脂質	塩分	赤；血や肉になる	黄；熱や力になる	緑；調子をととのえる
1	金	白い風船	お誕生会・・・デミグラスソースハンバーグ 花野菜サラダ・スマイルポテト きのこピラフ・みかんゼリー・牛乳	フルーツのゼパン ケーキ 麦茶	545	17.7	16.4	2.6	白い風船 豚肉 牛乳	パン粉・デミグラスソース・精白米 イタリアンドレッシング・スマイルポテト ゼリーの素・ホットケーキミックス・ホイップクリーム	玉ねぎ・カリフラワー・人参・黄桃缶 ブロッコリー・コーン・みかん缶 キノコミックス・ミックスベジタブル
2	土	りんご	鶏のから揚げ・大根の和風サラダ さつま芋の甘煮・ごはん 味噌汁・牛乳	サラダせんべい 麦茶	511	17.7	15.0	1.7	鶏肉・牛乳	和風ドレッシング 片栗粉・さつま芋 精白米・サラダせんべい	りんご・大根・人参 水菜・コーン もやし・にら
3	日										
4	月		振替休日								
5	火	チーズかまぼこ	サバの味噌煮・高野豆腐の五目煮 キャベツの青じそ和え・ごはん すまし汁・牛乳	マシュマロサンド 麦茶	491	21.9	14.0	2.1	チーズかまぼこ・サバ 高野豆腐 牛乳	片栗粉・里芋・精白米 青じそドレッシング マシュマロ・リッツ	キャベツ・人参 きゅうり・椎茸・筍 キヌサヤ・白菜
6	水	オレンジ	納豆スパゲティ・チキンナゲット ブロッコリーの和風サラダ 千切り野菜スープ・牛乳	鮭菜飯おにぎり 麦茶	510	19.9	13.2	1.6	納豆・チキンナゲット ウインナー 牛乳・鮭フレーク	スパゲティ 和風ドレッシング 精白米	オレンジ・玉ねぎ・ブロッコリー こねぎ・人参・黄ピーマン キャベツ・椎茸・菜飯の素
7	木	ぶどうゼリー	チンジャオロース・エビシューマイ 春雨のマヨネーズサラダ・ごはん わかめスープ・牛乳	黒ゴマトースト 麦茶	558	18.0	21.7	2.1	豚肉・ハム エビシューマイ わかめぎ・牛乳	ゼリーの素・チンジャオロースの素 春雨・マヨネーズ・精白米 食パン・マーガリン・黒ゴマ	玉ねぎ・筍・ピーマン 人参・チンゲン菜 コーン・ねぎ
8	金	クッキー	親子丼・ソーセージ磯辺揚げ ほうれん草のおかか和え 味噌汁・牛乳	じゃが芋チーズ 麦茶	491	21.0	16.9	1.9	鶏肉・卵・かつお節 魚肉ソーセージ・青のり 牛乳・チーズ	クッキー・精白米 てんぷら粉 じゃが芋	三つ葉・ほうれん草 人参・もやし ごぼう・白菜
9	土	バナナ	豚肉の生姜焼き・白菜の昆布茶和え 里芋味噌煮・ごはん すまし汁・牛乳	醤油せんべい 麦茶	477	18.1	12.1	1.8	豚肉 昆布茶 牛乳	精白米 里芋 醤油せんべい	生姜・玉ねぎ・白菜 人参・きゅうり バナナ・しめじ・小松菜
10	日										
11	月	ウエハース	ポークビーンズ・チーズ入り炒り卵 ブロッコリーのフレンチサラダ ごはん・コンソメスープ・牛乳	アップルレーズン 蒸しパン 麦茶	564	24.8	18.5	2.1	豚肉・大豆 たまごそぼろ・チーズ 牛乳	フレンチ白ドレッシング ウエハース・精白米 蒸しパンミックス	玉ねぎ・グリーンピース・トマト缶 ブロッコリー・人参・コーン キャベツ・りんご・レーズン
12	火	クッキー	チキンカレー・福神漬け コロコロサラダ プリン・牛乳	星型せんべい 麦茶	588	19.4	16.2	2.6	鶏肉 大豆 牛乳	クッキー・精白米・パーム油 じゃが芋・青じそドレッシング プリンの素・星型せんべい	玉ねぎ・人参 大根・きゅうり コーン・福神漬け
13	水	フルーチェ (ピーチ)	鶏南蛮うどん・さつま芋の天ぷら もやしの青じそ和え オレンジ・牛乳	野菜粥 麦茶	542	18.5	14.1	2.4	鶏肉・牛乳	フルーチェの素・うどん・さつま芋 青じそドレッシング てんぷら粉・精白米	玉ねぎ・ねぎ・人参・大根 もやし・黄ピーマン・水菜 オレンジ・白菜・ほうれん草
14	木	野菜せんべい	麻婆豆腐丼・春雨サラダ エビ団子フライ 卵スープ・牛乳	バナナヨーグルト 麦茶	534	20.4	15.8	1.7	豆腐・豚肉・ハム エビ団子フライ・卵 牛乳・ヨーグルト	野菜せんべい・精白米・春雨 麻婆豆腐の素 和風ドレッシング	筍・人参・ねぎ・にら チンゲン菜・コーン こねぎ・バナナ
15	金	白い風船	セレクト給食・・・①ハンバーガー・②フィッシュサンド ③カツサンド・キャベツのイタリアンサラダ フライドポテト・ミネストローネ・牛乳	ひじきおにぎり 麦茶	504	17.1	15.8	1.7	①豚肉②白身魚フライ ③とんかつ 牛乳・ひじき・油揚げ	コッペパン・じゃが芋 イタリアンドレッシング 白い風船・マカロニ・精白米	玉ねぎ・キャベツ 人参・きゅうり コーン・トマト缶
16	土	オレンジ	いわしの生姜煮・かぼちゃの甘煮 ほうれん草のお浸し・ごはん 田舎汁・牛乳	ビスケット 麦茶	484	19.1	14.0	1.6	いわしの生姜煮 鶏肉 牛乳	精白米 里芋 ビスケット	ほうれん草・もやし オレンジ・人参・かぼちゃ 大根・ごぼう・白菜
17	日										
18	月	ソフトせんべい	鮭の味噌焼き・白菜の納豆和え 昆布びら・ごはん すまし汁・牛乳	ミニアメリカン ドッグ 麦茶	497	22.8	14.1	2	鮭・納豆 昆布・鶏肉 牛乳	ソフトせんべい・ごま油 精白米 ミニアメリカンドッグ	白菜・人参 水菜・ごぼう ほうれん草・しめじ
19	火	たまごボーロ	焼きそば・オムレツ ポテトサラダ オニオンスープ・牛乳	いなり寿司 麦茶	547	19.4	24.2	2.2	豚肉 オムレツ 牛乳・味付き稲荷	焼きそば麺・じゃが芋 たまごボーロ・焼きそばソース マヨネーズ・精白米	キャベツ・人参・にら もやし・きゅうり 玉ねぎ・パセリ
20	水	ビスケット	豆腐入り松風焼き・切干大根煮 ブロッコリーサラダ・ごはん 味噌汁・牛乳	フルーツゼリー 麦茶	496	21.2	12.5	1.9	鶏肉・豆腐 さつま揚げ わかめ・牛乳	ビスケット・パン粉・じゃが芋 和風ドレッシング 精白米・ゼリーの素	ブロッコリー・人参 コーン・切干大根 グリーンピース・みかん缶
21	木	オレンジ	ハムカツ・小松菜のツナ和え ひじき煮・ごはん 味噌汁・牛乳	お麩のラスク 麦茶	529	21.6	14.5	2	ハムカツ・ツナ ひじき・さつま揚げ 大豆・牛乳	精白米 里芋 麩・バター	小松菜・もやし オレンジ・人参 白菜・しめじ
22	金	ヨーグルト	鶏の中華炒め・揚げ餃子 レンコンサラダ・ごはん 春雨スープ・牛乳	きな粉揚げパン 麦茶	521	16.9	18.9	2	ヨーグルト・鶏肉 餃子 牛乳・きな粉	ごまドレッシング 精白米・春雨 コッペパン	玉ねぎ・人参・白菜 椎茸・レンコン・水菜 コーン・チンゲン菜
23	土		勤労感謝の日								
24	日										
25	月	野菜せんべい	総合避難訓練・・・根菜カレー ミニコロケ・フルーツポンチ 牛乳	ワッフル 野菜ジュース	582	14.9	18.3	2	鶏肉・牛乳	精白米・ミニコロケ 野菜せんべい・パーム油 ワッフル・野菜ジュース	玉ねぎ・人参・大根 レンコン・みかん缶 パイン缶・黄桃缶
26	火	バナナ	鶏の照り焼き・五色和え 揚げ里芋・菜飯 味噌汁・牛乳	肉まん 麦茶	531	19.8	15.1	1.8	鶏肉 わかめ・錦糸卵 牛乳	里芋・片栗粉 精白米 肉まん	もやし・人参 バナナ・きゅうり 白菜・ごぼう
27	水	チーズかまぼこ	ツナピラフ・メンチカツ 大根のイタリアンサラダ コンソメスープ・牛乳	ゼリートライフル 麦茶	512	16.4	15.7	2.3	チーズかまぼこ・ツナ メンチカツ 牛乳	精白米・ゼリーの素 イタリアンドレッシング カステラ・ホイップクリーム	玉ねぎ・ミックスベジタブル 大根・黄ピーマン・水菜 人参・キャベツ・しめじ・黄桃缶
28	木	クッキー	醤油ラーメン・春巻き ゆでブロッコリー バナナ・牛乳	トマトチーズ粥 麦茶	521	18.7	15.1	2.8	豚肉・春巻き 牛乳 ベーコン・チーズ	クッキー 冷凍ラーメン 精白米	キャベツ・人参・にら もやし・ブロッコリー バナナ・玉ねぎ
29	金	青りんごゼリー	三色丼・金平ごぼう キャベツのごまドレ和え なめこ汁・牛乳	さつま芋チップス 麦茶	486	20.2	16.2	1.6	たまごそぼろ 鶏肉・豆腐 牛乳	ゼリーの素・精白米 ごまドレッシング さつま芋	ほうれん草・キャベツ 人参・コーン ごぼう・なめこ・ねぎ
30	土	白い風船	すき焼き風煮・もやしのおかか和え かぼちゃの天ぷら・ごはん 味噌汁・牛乳	星型せんべい 麦茶	484	18.7	15.6	1.6	豚肉・豆腐 かつお節 油揚げ・牛乳	白い風船・すき焼きのたれ てんぷら粉・精白米 星型せんべい	白菜・人参・玉ねぎ しめじ・もやし・大根 きゅうり・かぼちゃ

*日により献立の一部が変更になる事がありますのでご了承ください



11月の予定こんだてひょう(1才児)



令和6年度

矢板保育園

日	曜	未満児おやつ	昼食	おやつ	カロリー	タンパク	脂質	塩分	赤；血や肉になる	黄；熱や力になる	緑；調子をととのえる
1	金	白い風船	お誕生会・・・デミグラスソースハンバーグ 花野菜サラダ・スマイルポテト きのこピラフ・みかんゼリー・牛乳	フルーツのセパン ケーキ 麦茶	491	15.9	14.8	2.4	白い風船 豚肉 牛乳	パン粉・デミグラスソース・精白米 イタリアンドレッシング・スマイルポテト ゼリーの素・ホットケーキミックス	玉ねぎ・カリフラワー・人参・黄桃缶 ブロッコリー・コーン・みかん缶 キノコミックス・ミックスベジタブル
2	土	りんご	鶏のから揚げ・大根の和風サラダ さつま芋の甘煮・ごはん 味噌汁・牛乳	ソフトせんべい 麦茶	460	15.9	13.5	1.5	鶏肉・牛乳	和風ドレッシング 片栗粉・さつま芋 精白米・ソフトせんべい	りんご・大根・人参 水菜・コーン もやし・にら
3	日										
4	月		振替休日								
5	火	チーズかまぼこ	サバの味噌煮・高野豆腐の五目煮 キャベツの青じそ和え・ごはん すまし汁・牛乳	マンナビスケット 麦茶	442	19.7	12.6	1.9	チーズかまぼこ・サバ 高野豆腐 牛乳	片栗粉・里芋・精白米 青じそドレッシング マンナビスケット	キャベツ・人参 きゅうり・椎茸・筍 キヌサヤ・白菜
6	水	オレンジ	納豆スパゲティ・チキンナゲット ブロッコリーの和風サラダ 千切り野菜スープ・牛乳	鮭菜飯おにぎり 麦茶	459	17.9	11.9	1.4	納豆・チキンナゲット ウインナー 牛乳・鮭フレーク	スパゲティ 和風ドレッシング 精白米	オレンジ・玉ねぎ・ブロッコリー こねぎ・人参・黄ピーマン キャベツ・椎茸・菜飯の素
7	木	ぶどうゼリー	チンジャオロース・エビシューマイ 春雨のマヨネーズサラダ・ごはん わかめスープ・牛乳	ジャムパン 麦茶	502	16.2	19.5	1.9	豚肉・ハム エビシューマイ わかめぎ・牛乳	ゼリーの素・チンジャオロースの素 春雨・マヨネーズ・精白米 食パン・ジャム	玉ねぎ・筍・ピーマン 人参・チンゲン菜 コーン・ねぎ
8	金	クッキー	親子丼・ソーセージ磯辺揚げ ほうれん草のおかか和え 味噌汁・牛乳	じゃが芋チーズ 麦茶	442	18.9	15.2	1.7	鶏肉・卵・かつお節 魚肉ソーセージ・青のり 牛乳・チーズ	クッキー・精白米 てんぷら粉 じゃが芋	三つ葉・ほうれん草 人参・もやし ごぼう・白菜
9	土	バナナ	豚肉の生姜焼き・白菜の昆布茶和え 里芋味噌煮・ごはん すまし汁・牛乳	野菜せんべい 麦茶	429	16.2	10.9	1.6	豚肉 昆布茶 牛乳	精白米 里芋 野菜せんべい	生姜・玉ねぎ・白菜 人参・きゅうり バナナ・しめじ・小松菜
10	日										
11	月	ウエハース	ポークビーンズ・チーズ入り炒り卵 ブロッコリーのフレンチサラダ ごはん・コンソメスープ・牛乳	アップルレーズン 蒸しパン 麦茶	508	22.3	16.7	1.9	豚肉・大豆 たまごそぼろ・チーズ 牛乳	フレンチ白ドレッシング ウエハース・精白米 蒸しパンミックス	玉ねぎ・グリーンピース・トマト缶 ブロッコリー・人参・コーン キャベツ・りんご・レーズン
12	火	クッキー	チキンカレー・福神漬け コロコロサラダ プリン・牛乳	星型せんべい 麦茶	529	17.4	14.5	2.4	鶏肉 大豆 牛乳	クッキー・精白米・バームントフレーク じゃが芋・青じそドレッシング プリンの素・星型せんべい	玉ねぎ・人参 大根・きゅうり コーン・福神漬け
13	水	フルーチェ (ピーチ)	鶏南蛮うどん・さつま芋の天ぷら もやしの青じそ和え オレンジ・牛乳	野菜粥 麦茶	487	16.7	12.7	2.2	鶏肉・牛乳	フルーチェの素・うどん・さつま芋 青じそドレッシング てんぷら粉・精白米	玉ねぎ・ねぎ・人参・大根 もやし・黄ピーマン・水菜 オレンジ・白菜・ほうれん草
14	木	野菜せんべい	麻婆豆腐丼・春雨サラダ エビ団子フライ 卵スープ・牛乳	バナナヨーグルト 麦茶	481	18.4	14.2	1.5	豆腐・豚肉・ハム エビ団子フライ・卵 牛乳・ヨーグルト	野菜せんべい・精白米・春雨 麻婆豆腐の素 和風ドレッシング	筍・人参・ねぎ・にら チンゲン菜・コーン こねぎ・バナナ
15	金	白い風船	ハンバーグ・フライドポテト キャベツのイタリアンサラダ ジャムパン・ミネストローネ・牛乳	ひじきおにぎり 麦茶	453	15.4	14.2	1.5	豚肉 牛乳 ひじき・油揚げ	食パン・ジャム・じゃが芋 イタリアンドレッシング 白い風船・マカロニ・精白米	玉ねぎ・キャベツ 人参・きゅうり コーン・トマト缶
16	土	オレンジ	いわしの生姜煮・かぼちゃの甘煮 ほうれん草のお浸し・ごはん 田舎汁・牛乳	ビスケット 麦茶	435	17.2	12.6	1.4	いわしの生姜煮 鶏肉 牛乳	精白米 里芋 ビスケット	ほうれん草・もやし オレンジ・人参・かぼちゃ 大根・ごぼう・白菜
17	日										
18	月	ソフトせんべい	鮭の味噌焼き・白菜の納豆和え 昆布びら・ごはん すまし汁・牛乳	ミニアメリカン ドッグ 麦茶	447	20.5	12.7	1.8	鮭・納豆 昆布・鶏肉 牛乳	ソフトせんべい・ごま油 精白米 ミニアメリカンドッグ	白菜・人参 水菜・ごぼう ほうれん草・しめじ
19	火	たまごボーロ	焼きそば・オムレツ ポテトサラダ オニオンスープ・牛乳	きつねおにぎり 麦茶	492	17.4	21.8	2.0	豚肉 オムレツ 牛乳・味付き稲荷	焼きそば麺・じゃが芋 たまごボーロ・焼きそばソース マヨネーズ・精白米	キャベツ・人参・にら もやし・きゅうり 玉ねぎ・パセリ
20	水	マンナビスケット	豆腐入り松風焼き・切干大根煮 ブロッコリーサラダ・ごはん 味噌汁・牛乳	フルーツゼリー 麦茶	446	19.1	11.3	1.7	鶏肉・豆腐 さつま揚げ わかめ・牛乳	マンナビスケット・パン粉・じゃが芋 和風ドレッシング 精白米・ゼリーの素	ブロッコリー・人参 コーン・切干大根 グリーンピース・みかん缶
21	木	オレンジ	ハムカツ・小松菜のツナ和え ひじきごはん 味噌汁・牛乳	お麩のラスク 麦茶	476	19.4	13.1	1.8	ハムカツ・ツナ ひじき・さつま揚げ 大豆・牛乳	精白米 里芋 麩・バター	小松菜・もやし オレンジ・人参 白菜・しめじ
22	金	ヨーグルト	鶏の中華炒め・揚げ餃子 レンコンサラダ・ごはん 春雨スープ・牛乳	ジャムパン 麦茶	469	15.2	17.0	1.8	ヨーグルト・鶏肉 餃子 牛乳・きな粉	ごまドレッシング 精白米・春雨 食パン・ジャム	玉ねぎ・人参・白菜 椎茸・レンコン・水菜 コーン・チンゲン菜
23	土		勤労感謝の日								
24	日										
25	月	野菜せんべい	総合避難訓練・・・根菜カレー ミニコロケ・フルーツポンチ 牛乳	ワッフル 野菜ジュース	524	13.4	16.5	1.8	鶏肉・牛乳	精白米・ミニコロケ 野菜せんべい・バームントフレーク ワッフル・野菜ジュース	玉ねぎ・人参・大根 レンコン・みかん缶 パイン缶・黄桃缶
26	火	バナナ	鶏の照り焼き・五色和え 揚げ里芋・菜飯 味噌汁・牛乳	肉まん 麦茶	478	17.8	13.6	1.6	鶏肉 わかめ・錦糸卵 牛乳	里芋・片栗粉 精白米 肉まん	もやし・人参 バナナ・きゅうり 白菜・ごぼう
27	水	チーズかまぼこ	ツナピラフ・メンチカツ 大根のイタリアンサラダ コンソメスープ・牛乳	ゼリートライフル 麦茶	461	14.8	14.1	2.1	チーズかまぼこ・ツナ メンチカツ 牛乳	精白米・ゼリーの素 イタリアンドレッシング カステラ・ホイップクリーム	玉ねぎ・ミックスベジタブル 大根・黄ピーマン・水菜 人参・キャベツ・しめじ・黄桃缶
28	木	クッキー	醤油ラーメン・春巻き ゆでブロッコリー バナナ・牛乳	トマトチーズ粥 麦茶	469	16.8	13.6	2.6	豚肉・春巻き 牛乳 ベーコン・チーズ	クッキー 冷凍ラーメン 精白米	キャベツ・人参・にら もやし・ブロッコリー バナナ・玉ねぎ
29	金	青りんごゼリー	三色丼・金平ごぼう キャベツのごまドレ和え なめこ汁・牛乳	ふかし芋 麦茶	438	18.2	14.6	1.4	たまごそぼろ 鶏肉・豆腐 牛乳	ゼリーの素・精白米 ごまドレッシング さつま芋	ほうれん草・キャベツ 人参・コーン ごぼう・なめこ・ねぎ
30	土	白い風船	すき焼き風煮・もやしのおかか和え かぼちゃの天ぷら・ごはん 味噌汁・牛乳	星型せんべい 麦茶	435	16.8	14.0	1.2	豚肉・豆腐 かつお節 油揚げ・牛乳	白い風船・すき焼きのたれ てんぷら粉・精白米 星型せんべい	白菜・人参・玉ねぎ しめじ・もやし・大根 きゅうり・かぼちゃ

*日により献立の一部が変更になる事がありますのでご了承ください



11月の予定こんだてひょう(離乳食)



矢板保育園

令和6年度

日	曜	完了期食(12ヶ月~)			後期食(9~11ヶ月頃)			中期食(7~8ヶ月頃)	初期食(5~6ヶ月頃)
		朝のおやつ	昼食	おやつ	朝のおやつ	昼食	おやつ		
1	金	かぼちゃ&にんじんリング	ハンバーグ・じゃが芋煮 花野菜サラダ・ごはん みかんゼリー・牛乳	フルーツのせパン ケーキ 麦茶	かぼちゃ&にんじんリング	ハンバーグ 花野菜サラダ 白粥・オレンジ・麦茶	肉団子の玉ねぎあんかけ 花野菜サラダ 白粥・麦茶	白粥 ブロッコリーペースト 麦茶	
2	土	りんご	チキン煮・大根のサラダ さつま芋スティック・ごはん 味噌汁・牛乳	小魚せんべい 麦茶	りんご	チキン煮 大根のサラダ 白粥・さつま芋のスープ・麦茶	そぼろ煮 大根のサラダ 白粥・麦茶	白粥 大根ペースト 麦茶	
3	日								
4	月		振替休日			振替休日	振替休日	振替休日	
5	火	チーズスティック	サバの味噌煮・高野豆腐煮 キャベツのサラダ・ごはん すまし汁・牛乳	マンナビスケット 麦茶	チーズスティック	煮魚(サバ) キャベツのサラダ 白粥・白菜のスープ・麦茶	煮魚(タラ) キャベツのサラダ 白粥・麦茶	白粥 キャベツペースト 麦茶	
6	水	オレンジ	納豆スパゲティ・チキン煮 ブロッコリーのサラダ 千切り野菜スープ・牛乳	鮭菜飯おにぎり 麦茶	オレンジ	納豆スパゲティ・チキン煮 ブロッコリーのサラダ キャベツのスープ・麦茶	にゅうめん ブロッコリーのサラダ りんご・麦茶	白粥 ブロッコリーペースト 麦茶	
7	木	ぶどうゼリー	豚の野菜あんかけ・高野豆腐煮 春雨のサラダ・ごはん わかめスープ・牛乳	ジャムパン 麦茶	ヨーグルト	豚の野菜あんかけ 高野豆腐煮 白粥・玉ねぎのスープ・麦茶	鶏の野菜あんかけ 高野豆腐煮 白粥・麦茶	白粥 人参ペースト 麦茶	
8	金	クッキー	親子煮・かぼちゃ煮 ほうれん草のおかか和え・ごはん 味噌汁・牛乳	じゃが芋チーズ 麦茶	ハイハイン(野菜)	親子煮 ほうれん草のおかか和え 白粥・じゃが芋のスープ・麦茶	じゃが芋のそぼろ煮 ほうれん草のおかか和え 白粥・麦茶	白粥 ほうれん草ペースト 麦茶	
9	土	バナナ	豚肉の玉ねぎあんかけ・里芋味噌煮 白菜のサラダ・ごはん すまし汁・牛乳	ほうれん草と小松菜 せんべい 麦茶	バナナ	豚肉の玉ねぎあんかけ 里芋煮 白粥・小松菜のスープ・麦茶	玉ねぎのそぼろあんかけ 里芋煮 白粥・麦茶	白粥 玉ねぎペースト 麦茶	
10	日								
11	月	マンナウエハース	ポークビーンズ・チーズ入り炒り卵 ブロッコリーのサラダ・ごはん コンソメスープ・牛乳	アップル蒸しパン 麦茶	マンナウエハース	豚と野菜のトマト煮 チーズ入り炒り卵 白粥・キャベツのスープ・麦茶	鶏のトマト煮 キャベツのサラダ 白粥・麦茶	白粥 トマトペースト 麦茶	
12	火	クッキー	肉じゃが・高野豆腐煮 コロコロサラダ・ごはん りんご・牛乳	しらす&わかめせんべい 麦茶	小魚せんべい	肉じゃが コロコロサラダ 白粥・りんご・麦茶	肉じゃが コロコロサラダ 白粥・麦茶	白粥 じゃが芋ペースト 麦茶	
13	水	フルーチェ(ピーチ)	煮込みうどん・もやしのサラダ さつま芋スティック オレンジ・牛乳	野菜粥 麦茶	ヨーグルト	煮込みうどん もやしのサラダ・さつま芋煮 オレンジ・麦茶	煮込みうどん さつま芋煮 りんご・麦茶	白粥 さつま芋ペースト 麦茶	
14	木	ハイハイン(野菜)	豆腐の野菜あんかけ・春雨サラダ 肉団子のだし煮・ごはん 卵スープ・牛乳	バナナヨーグルト 麦茶	ハイハイン(野菜)	豆腐の野菜あんかけ 肉団子のだし煮 白粥・卵スープ・麦茶	豆腐の野菜あんかけ 肉団子のだし煮 白粥・麦茶	白粥 人参ペースト 麦茶	
15	金	かぼちゃ&にんじんリング	ハンバーグ・じゃが芋煮 キャベツのサラダ・ジャムパン ミネストローネ・牛乳	ひじきおにぎり 麦茶	かぼちゃ&にんじんリング	ハンバーグ キャベツのサラダ パン粥・トマトスープ・麦茶	野菜のそぼろ煮 キャベツのサラダ パン粥・麦茶	白粥 キャベツペースト 麦茶	
16	土	オレンジ	煮魚(サバ)・かぼちゃ煮 ほうれん草のお浸し・ごはん 田舎汁・牛乳	チーズスティック 麦茶	オレンジ	煮魚(サバ) ほうれん草のサラダ 白粥・大根のスープ・麦茶	煮魚(タラ) ほうれん草のサラダ 白粥・麦茶	白粥 ほうれん草ペースト 麦茶	
17	日								
18	月	小魚せんべい	鮭の味噌煮・白菜の納豆和え 切昆布煮・ごはん すまし汁・牛乳	ハムチーズパンケーキ 麦茶	小魚せんべい	煮魚(鮭) 白菜の納豆和え 白粥・ほうれん草のスープ・麦茶	煮魚(鮭) 白菜の納豆和え 白粥・麦茶	白粥 人参ペースト 麦茶	
19	火	たまごボーロ	にゅうめん・オムレツ ポテトサラダ オニオンスープ・牛乳	きつねおにぎり 麦茶	たまごボーロ	にゅうめん オムレツ・ポテトサラダ 玉ねぎのスープ・麦茶	肉団子の野菜あんかけ ポテトサラダ にゅうめん・麦茶	白粥 じゃが芋ペースト 麦茶	
20	水	マンナビスケット	豆腐と野菜のそぼろ煮・切干大根煮 ブロッコリーサラダ・ごはん 味噌汁・牛乳	フルーツゼリー 麦茶	マンナビスケット	豆腐と野菜のそぼろ煮 ブロッコリーのサラダ 白粥・じゃが芋のスープ・麦茶	豆腐と野菜のそぼろあんかけ ブロッコリーのサラダ 白粥・麦茶	白粥 ブロッコリーペースト 麦茶	
21	木	オレンジ	チキン煮・小松菜のツナ和え ひじきごはん 味噌汁・牛乳	たまごボーロ 麦茶	オレンジ	チキン煮 小松菜のツナ和え 白粥・白菜のスープ・麦茶	そぼろ煮 小松菜のツナ和え 白粥・麦茶	白粥 小松菜ペースト 麦茶	
22	金	ヨーグルト	鶏の野菜あんかけ・里芋煮 白菜のサラダ・ごはん 春雨スープ・牛乳	ジャムパン 麦茶	ヨーグルト	鶏の野菜あんかけ 里芋煮 白粥・チンゲン菜のスープ・麦茶	鶏の野菜あんかけ 里芋煮 白粥・麦茶	白粥 かぼちゃペースト 麦茶	
23	土		勤労感謝の日			勤労感謝の日	勤労感謝の日	勤労感謝の日	
24	日								
25	月	ほうれん草と小松菜せんべい	タラの野菜あんかけ・大根スティック じゃが芋煮 フルーツポンチ・牛乳	かぼちゃ&にんじんリング りんごジュース	ほうれん草と小松菜せんべい	タラの野菜あんかけ じゃが芋煮 白粥・オレンジ・麦茶	タラの野菜あんかけ じゃが芋煮 白粥・麦茶	白粥 じゃが芋ペースト 麦茶	
26	火	バナナ	チキン煮・五色和え 里芋煮・ごはん 味噌汁・牛乳	パンケーキ 麦茶	バナナ	里芋のそぼろあんかけ もやしのサラダ 白粥・白菜のスープ・麦茶	里芋のそぼろあんかけ 白菜のサラダ 白粥・麦茶	白粥 人参ペースト 麦茶	
27	水	チーズスティック	肉団子のトマト煮・じゃが芋煮 大根のサラダ・ごはん コンソメスープ・牛乳	ゼリー 麦茶	チーズスティック	肉団子のトマト煮 大根のサラダ 白粥・キャベツのスープ・麦茶	肉団子のトマト煮 大根のサラダ 白粥・麦茶	白粥 大根ペースト 麦茶	
28	木	クッキー	にゅうめん・鶏の野菜あんかけ ゆでブロッコリー バナナ・牛乳	トマトチーズ粥 麦茶	かぼちゃ&にんじんリング	にゅうめん・鶏の野菜あんかけ ゆでブロッコリー バナナ・麦茶	にゅうめん ゆでブロッコリー バナナ・麦茶	白粥 ブロッコリーペースト 麦茶	
29	金	青りんごゼリー	チキン煮・里芋煮 キャベツのサラダ・ごはん 味噌汁・牛乳	ふかし芋 麦茶	ヨーグルト	チキン煮 キャベツのサラダ 白粥・人参のスープ・麦茶	肉団子のだし煮 キャベツのサラダ 白粥・麦茶	白粥 キャベツペースト 麦茶	
30	土	マンナウエハース	豚と豆腐の野菜あんかけ・かぼちゃ煮 もやしのおかか和え・ごはん 味噌汁・牛乳	しらす&わかめせんべい 麦茶	マンナウエハース	豚と豆腐の野菜あんかけ かぼちゃ煮 白粥・大根のスープ・麦茶	豆腐の野菜あんかけ かぼちゃ煮 白粥・麦茶	白粥 かぼちゃペースト 麦茶	

麦茶・・・麦茶25ml+お湯25ml 計50mlです。