



令和7年度11月献立表



日	曜	昼食献立名	3時おやつ	熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	10時おやつ	日	曜	昼食献立名	3時おやつ	熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	10時おやつ
1	土	肉じゃが 白菜スープ のり佃煮	ハッピー ターン	じゃがいも、しらた き、砂糖、油	牛肉、のりの佃煮	たまねぎ、にんじん、はくさ い、いんげん	お茶 おせんべい サラダ味	17	月	鶏レバーの甘酢煮 マカロニサラダ コンソメスープ	★クラッシュ ゼリー おしゃぶり 昆布	じゃがいも、マヨネー ズ、マカロニ・スパゲ ティ、砂糖、片栗粉	鶏レバー、卵、ハム、 おしゃぶり昆布	きゅうり、たまねぎ、にんじ ん、ねぎ、しょうが	ヨーグルト
4	火	豆腐ハンバーグ 春雨サラダ コンソメスープ	★フルーツ ヨーグルト	マヨネーズ、はるさ め、砂糖、小麦粉、パ ン粉、油	ヨーグルト、卵、豆 腐、合い挽き肉、ハム	みかん缶、バナナ、たまねぎ、 きゅうり、にんじん、もも缶、 パイン缶、キャベツ、れんこん	牛乳 マンナ ビスケット	18	火	麻婆豆腐 大根のごま酢和え オレンジ	牛乳 ★ホット ケーキ	ホットケーキ粉、砂 糖、片栗粉、メープル シロップ、マーガリ ン、こま油、こま	牛乳、豆腐、豚ひき 肉、卵、赤みそ、みそ	オレンジ、たまねぎ、きゅう り、だいこん、にんじん、コー ン、ねぎ	牛乳 もも缶
5	水	赤魚の煮つけ 白菜のおかか和え みそ汁	牛乳 ★アメリカン ドッグ	じゃがいも、ホット ケーキ粉、油、砂糖	牛乳、赤魚、魚肉ソー セージ、みそ、卵、い りこ、かつお節、カッ トわかめ	はくさい、たまねぎ、にんじ ん、しめじ、ねぎ、しょうが、 きゅうり	牛乳 チーズ	19	水	三色丼 スパサラダ すまし汁 フルーチェ	★プリン アラモード 	マヨネーズ、カットス パゲティ、砂糖	鶏ひき肉、卵、牛乳、 絹豆腐、生クリーム、 ハム、カットわかめ	きゅうり、みかん缶、たまね ぎ、にんじん、えだまめ、えの きたけ、ねぎ、しょうが	牛乳 チーズ
6	木	だいずのかき揚げ きゅうりのごま和え かき玉汁	牛乳 ミニアスパラ ギンビス	小麦粉、油、こま、砂 糖	牛乳、卵、茹で大豆、 えび、豆腐、カットわ かめ	きゅうり、たまねぎ、にんじ ん、しめじ、こまつな、ねぎ	牛乳 スティック パン	20	木	ハヤシ キャベツとハムの サラダ バナナ	牛乳 動物 ビスケット	じゃがいも、マヨネー ズ、こま	牛乳、牛肉、ハム	バナナ、たまねぎ、キャベツ、 にんじん、トマトピューレ、グ リンピース	牛乳 十勝バター ブレッド
7	金	チキンポッキーの甘煮 ブロッコリーの甘酢 みそ汁	牛乳 とんがり コーン (あっさり味)	砂糖、こま	牛乳、チキンポッ キー、豆腐、みそ、 カットわかめ	ブロッコリー、にんじん、たま ねぎ、えのきたけ、ねぎ、しょ うが	牛乳 バナナ	21	金	照り焼きチキン ブロッコリーの ごま和え みそ汁	牛乳 サッポロ ポテト	砂糖、こま	牛乳、鶏肉、みそ、 カットわかめ	ブロッコリー、かぼちゃ、たま ねぎ、にんじん、えのきたけ、 ねぎ、しょうが	牛乳 ミニボーロ
8	土	麻婆豆腐丼 わかめスープ	サッポロ ポテト	片栗粉、砂糖	豆腐、豚ひき肉、赤み そ、みそ、カットわか め	たまねぎ、にんじん、ねぎ	お茶 ミレー ビスケット	22	土	牛丼 たたききゅうり みかん缶	ハッピー ターン	しらたき、砂糖	牛肉	みかん缶、きゅうり、たまね ぎ、にんじん、いんげん	お茶 リッツ
10	月	ポークカレー ナムル オレンジ	★おにぎり (小松菜・鮭)	米、じゃがいも、こ ま、こま油、砂糖、油	豚肉、さけ	たまねぎ、オレンジ、もやし、 きゅうり、にんじん、こまつ な、キャベツ、トマトピュ ーレ、ピーマン	牛乳 ちょぼちょぼ	25	火	豚じゃが キャベツの和風 サラダ 手作りふりかけ	牛乳 ★ラスク	じゃがいも、サンド イッチパン、しらた き、マーガリン、グラ ニュー糖、マヨネー ズ、砂糖、こま、油	牛乳、豚肉、ちくわ、 いりこ、かつお節、あ おのり	たまねぎ、キャベツ、にんじ ん、いんげん	牛乳 みかん缶
11	火	筑前煮 はんぺん汁 ふりかけ チーズ	牛乳 ★アップル ケーキ	さといも、小麦粉、糸 こんにゃく、砂糖、パ ター	牛乳、卵、鶏もも肉、 チーズ、はんぺん、脱 脂粉乳、カットわかめ	たまねぎ、だいこん、にんじ ん、りんご、れんこん、しめ じ、ごぼう、いんげん、ねぎ、 しいたけ	牛乳 紫芋 ふんわり せんべい	26	水	鯖の竜田揚げ もやしとハムの 酢のもの みそ汁	牛乳 ★マカロニ あべかわ	マカロニ・スパゲ ティ、砂糖、油、片栗 粉、こま、こま油	牛乳、さば、みそ、ハ ム、きな粉、カットわ かめ	きゅうり、もやし、キャベツ、 たまねぎ、ねぎ、にんじん、 しょうが、しめじ	ヨーグルト
12	水	豚肉と納豆の旨煮 ほうれん草サラダ みそ汁	★オレンジ パンチ	マヨネーズ、砂糖	納豆、卵、豚肉、豆 腐、みそ、ハム、カッ トわかめ	オレンジ果汁50%飲料、パナ ナ、みかん缶、たまねぎ、にん じん、ほうれんそう、もも缶、 パイン缶、キャベツ、ねぎ、し めじ	牛乳 白い風船	27	木	タンドリーチキン ビーフンサラダ わかめ汁	牛乳 おにぎり せんべい	マヨネーズ、ビーフ ン、砂糖	牛乳、卵、豆腐、鶏 肉、ハム、かまぼこ、 ヨーグルト、脱脂粉 乳、カットわかめ	きゅうり、たまねぎ、にんじ ん、えのきたけ、ねぎ	牛乳 バナナ
13	木	ギョロツケ きゅうりの甘酢和え ジュリアンスープ	牛乳 リッツ	じゃがいも、パン粉、 砂糖、片栗粉、こま、 こま油、油	牛乳、いわし、卵	きゅうり、たまねぎ、キャベ ツ、にんじん、しょうが	牛乳 バナナ	28	金	松風焼き ひじきの煮物 みそ汁 チーズ	牛乳 ミレー ビスケット	じゃがいも、パン粉、 砂糖、油、こま	牛乳、絹豆腐、鶏ひき 肉、チーズ、みそ、油 揚げ、ひじき、カット わかめ	たまねぎ、にんじん、しめじ、 ねぎ、こまつな	牛乳 ウェハース
14	金	豚肉と春雨の炒め物 ウインナー コーンスープ	牛乳 ワッフル	はるさめ、油、片栗 粉、砂糖、こま油	牛乳、卵、豚ひき肉、 ウインナー	たまねぎ、クリームコーン缶、 キャベツ、にんじん、こまつ な、えのきたけ、しいたけ	ヨーグルト	29	土	カレー もも缶	さや えんどう	じゃがいも	牛肉	たまねぎ、にんじん、ピーマ ン、もも缶	お茶 紫芋 ふんわり せんべい
15	土	ポトフ のり佃煮 パイン缶	ベジたべる	じゃがいも	ウインナー、いんげん まめ	パイン缶、たまねぎ、キャベ ツ、のり佃煮、にんじん	お茶 豆乳 クッキー	○★印は手作りおやつです。							

