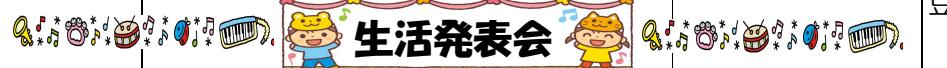


**令和7年度11月献立表**

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	マヨネース、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、ハイン缶、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、マーブルシロップ、マーガリン、ごま油、ごま	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	マヨネース、カットスパゲティー、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、えのきだけ、ねぎ、しょうが	牛乳 チーズ
6	木	だいすのかき揚げ きゅうりのごま和え かき玉汁	牛乳 ミニアスパラギンピス	小麦粉、油、ごま、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、ごま	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、グリーンピース	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、ごま	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、えのきだけ、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、ごま	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、えのきだけ、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 リツツ
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、ごま、ごま油、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 ちょばちょば	25	火	豚じやが 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、ごま、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、バター	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、こぼう、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、ごま、ごま油	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	マヨネース、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、バナナ、みかん缶、たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、もも缶、ハイン缶、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	マヨネース、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、えのきだけ、ねぎ	牛乳 バナナ
13	木	ギョロッケ きゅうりの甘酢和え ジュリアンスープ	牛乳 リツツ	じゃがいも、パン粉、砂糖、片栗粉、ごま、ごま油、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、ごま	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 ワインナー コーンスープ	牛乳 ワッフル	はるさめ、油、片栗粉、砂糖、ごま油	牛乳、卵、豚ひき肉、ワインナー	たまねぎ、クリームコーン缶、キャベツ、にんじん、こまつな、えのきだけ、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	ボトフ のり佃煮 パイント	ベジたべる	じゃがいも ワインナー、いんげん まめ	ハイン缶、たまねぎ、キャベツ、のり佃煮、にんじん	パイント、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。							

**生活発表会**