

令和7年度

11月 献立表

＼	日（月）	日（火）	日（水）	日（木）	日（金）	1 日（土）
副 食						シチュー ウインナー ひじきのマリネ フルーツ
主 食						かくしよく
3 時のおやつ						ぎゅうにゅう おかし
＼	3 日（月）	4 日（火）	5 日（水）	6 日（木）	7 日（金）	8 日（土）
副 食		ヘルシーベジカレー キャベツスープ ヨーグルト	あっさり マーボーどうふ たまごスープ フルーツ	さかなのムニエル ゆでやさい ミルクスープ フルーツ	ヤンニョムチキン わかめサラダ コンソメスープ フルーツ 	みそラーメン フルーツ
主 食		ごはん	ごはん	ロールパン	タコライス	
3 時のおやつ		フルーツ	かしわうどん	ゼリー あじしらべ	ぎゅうにゅう ファミリーケーキ	ぎゅうにゅう おかし
＼	1 0 日（月）	1 1 日（火）	1 2 日（水）	1 3 日（木）	1 4 日（金）	1 5 日（土）
副 食	そぼろみそたまごやき きりぼしだいこんに あつあげのみそしる フルーツ	ちゅうかに はるさめスープ フルーツ	ささみのフライ ブロッコリー トマト ジュリエヌスープ フルーツ	にらたま たまねぎのみそしる フルーツ	さかなのしょうがやき おかかあえ じゃがいものみそしる フルーツ	とりごぼうの わふうスパゲティ ちゅうかスープ フルーツ
主 食	うめごはん	ごはん	かくしよく	ごはん	ごはん	
3 時のおやつ	バナナヨーグルト コーンフレーク	ぎゅうにゅう あげいも	ぎゅうにゅう かりんとう	ぎゅうにゅう ミートソーススパゲティ	ぎゅうにゅう とうふパンケーキ	ぎゅうにゅう おかし
＼	1 7 日（月）	1 8 日（火）	1 9 日（水）	2 0 日（木）	2 1 日（金）	2 2 日（土）
副 食	はんぺんいそべあげ きんぴら とうふのみそしる フルーツ	ひじきハンバーグ おひたし はくさいとんじる フルーツ	ふくめに かきたまみそしる フルーツ	さかなのからあげ マヨあえ さつまいものみそしる フルーツ	チキントマトに マカロニスープ フルーツ	たぬきうどん フルーツ
主 食	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	かくしよく	
3 時のおやつ	ぎゅうにゅう ツナサンド	ぎゅうにゅう ビスケット	タンメン	ぎゅうにゅう ごまなんぶせんべい	ヨーグルト こつぶっこ	ぎゅうにゅう おかし
＼	2 4 日（月）	2 5 日（火）	2 6 日（水）	2 7 日（木）	2 8 日（金）	2 9 日（土）
副 食		ツナオムレツ やさしいため かぼちゃスープ フルーツ	さかなのてりやき ごますあえ かぶごじる フルーツ	おからつくねバーグ しおもみやさい だいこんのみそしる フルーツ	かにかま たまごあんかけ とうふスープ フルーツ	
主 食		ロールパン	ゆかりごはん	ごはん	ごはん	
3 時のおやつ		ぎゅうにゅう バナナコーンフレーク	ぎゅうにゅう サラダせんべい	ぎゅうにゅう ジャムサンド	ぎゅうにゅう いももちみそダレ	