



# 11月予定献立表



※「かみかみメニュー」には◎印をつけてあります。

2025年11月

聖隷こども園ひかりの子

日付	曜日	行事	献立名	おやつ		幼児		乳児	
				乳児・午前	乳幼児・午後	エネルギー kcal	脂質 g	エネルギー kcal	脂質 g
1	土		焼うどん すまし汁 フルーツ 豆乳	麦茶 お菓子	麦茶 お菓子	497	13.3	444	12
3	月	ふんか 文化の日				20.2	2.1	17.3	1.7
						—	—	—	—
4	火		とうとう 豆乳ロール さかなにんにん 魚の人参マヨ焼き コーンサラダ はくさい 白菜のカレースープ バナナ 牛乳	麦茶 ビスケット	豆乳 きな粉おはぎ	630	19.4	511	16.7
5	水		ごはん 肉豆腐 ブロッコリーのおかか和え みそ汁(大根・わかめ) オレンジ 麦茶	麦茶 クラッカー	豆乳 カルシウムラスク	527	16.3	405	13.7
6	木		スパゲティミートソース 胡瓜もみ チーズ パイン缶 豆乳	麦茶 ヨーグルト	豆乳 焼き芋	582	19.1	500	16.7
7	金		お弁当の日 ※離乳食は提供します。	麦茶 チーズ	豆乳 せんべい・◎小魚	—	—	—	—
8	土		おたどん 豚丼 みそ汁(じゃが芋・大根) フルーツ 豆乳	麦茶 お菓子	麦茶 お菓子	513	11.8	429	10.8
10	月	しゅうかくかんしゃさい 収穫感謝祭 礼拝・訪問	わかめごはん 鶏肉のバーベキュー焼き ◎金平ごぼう みそ汁(豆腐・油あげ) キウイ 麦茶	麦茶 チーズ	豆乳 きなこクッキー	594	16.6	471	15.3
11	火	しゅうかくかんしゃさい 収穫感謝祭訪問	ポテトパン 豚肉と青梗菜の炒め物 トマト 豆腐のとうろみスープ オレンジ 牛乳	麦茶 クラッカー	豆乳 いなりずし	639	25.4	540	23.3
12	水		ごはん 魚の塩麹焼き じゃが芋とにんじんのおかか煮 みそ汁(青菜・わかめ) キウイ 麦茶	麦茶 バナナ	豆乳 ココア味のマカロニきなこ	531	13.5	434	10.9
13	木	みんなでお料理	おにぎり キャベツとトマトのサラダ 豚汁 みかん 麦茶	麦茶 ビスケット	豆乳 プリン※1	504	12.4	456	14.5
14	金		焼きそば ◎れんこんサラダ ブロッコリー バナナ 牛乳	麦茶 ヨーグルト	豆乳 ジャムパン	601	22.2	479	19.7
15	土		ツナコーンサンド ポトフ フルーツ 豆乳	麦茶 お菓子	麦茶 お菓子	446	13.6	339	10.1
17	月		ごはん 焼き魚 切干大根煮 みそ汁(もやし・人参) パイン缶 麦茶	麦茶 チーズ	豆乳 バナナ・ウエハース	577	18.8	464	16.9
18	火		食パン 厚揚げのコーンみそ焼き さつま芋サラダ 中華スープ オレンジ 牛乳	麦茶 バナナ	麦茶 おにぎり	533	13.6	459	11.3
19	水		ごはん 鶏肉のマーマレード焼き 納豆和え みそ汁(じゃが芋・油あげ) バナナ 麦茶	麦茶 クラッカー	豆乳 こめ 米かんぱん	548	12.4	505	14.9
20	木		しょうゆ 醤油ラーメン かぼちゃ あまに 南瓜の甘煮 スティック胡瓜 メロン 豆乳	麦茶 ヨーグルト	豆乳 おにまんじゅう	534	13.7	475	13.5
21	金		ごはん 豆腐入り卵焼き ほうれん草のおかか和え みそ汁(白菜・人参) みかん 麦茶	麦茶 ビスケット	豆乳 あんぱん	558	12.5	393	10.0
22	土	きんぎょ お祭り	チャーハン レタススープ フルーツ 豆乳	麦茶 お菓子	麦茶 お菓子	435	7.1	367	7.0
24	月	ふりかききゅうじつ 振替休日				—	—	—	—
25	火		食パン 豚肉のアップルソースからめ もやしと人参のサラダ はくさい 白菜のコンソメスープ バイン缶 牛乳	麦茶 バナナ	豆乳 ごべいもち 五平餅	597	17.0	405	14.2
26	水		ごはん ◎魚とごぼうの煮付 きゅうり す もの まろやかみそ汁 バナナ 麦茶	麦茶 クラッカー	豆乳 ピザトースト	547	12.6	421	11.0
27	木		こぎつねうどん 金時煮豆 ブロッコリー みかん 麦茶	麦茶 ヨーグルト	豆乳 麺ラスク	563	17.6	477	16.3
28	金		呉海自カレー風(とわだ) レモンドレッシングサラダ オレンジ 牛乳	麦茶 せんべい	豆乳 ひろしまふう この や 広島風お好み焼き	671	27.2	547	22.5
29	土		おにぎり けんちん汁 フルーツ 豆乳	麦茶 お菓子	麦茶 お菓子	431	3.3	371	3.6

※1 ひよこ組は月齢を考慮して、ヨーグルトに変更いたします。

※仕入れ等の都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。

♪ ひろしまうまいものうた ♪

\*大阪うまいものの歌の替え歌です\*

ひろしまには ぶーちーもんが ようけ あるんじゃけーん ひろしまふうおこのみやき くれかいじかれー  
ひろしまには ぱーりとこがが こがーに あるんじゃけーん みやじま ひろしまじょう へいわきねんこうえん

