



2025年度11月 献立予定表



ニチイキッズ高松天神前保育園

日付	献立名	材料名	午前おやつ	エネルギー たんぱく質 脂質
			午後おやつ	
1 15 29 (土)	ご飯 キャベツのおみそ汁 レバーミートローフ しゃきしゃき炒め グレープフルーツ	牛乳／お子様せんべい／米／かつおだし汁、キャベツ、もやし、しめじ、みそ／ 鶏レバー、豚ひき肉、たまねぎ、食塩、米粉、ケチャップ、中濃ソース／油、 じゃがいも、にんじん、ピーマン、酢、砂糖、食塩／グレープフルーツ／牛乳／ 小麦粉、ベーキングパウダー、牛乳、みそ、砂糖	牛乳 おせんべい 牛乳 みそ蒸しパン	462 kcal 19.7 g 13.7 g
17 (月)	さつまいもご飯 だだきレンコン汁 かれないのもみじ焼き はくさいの煮浸し バナナ	牛乳／ビスケット／米、さつまいも、食塩、黒ごま／ごま油、おろししょうが、 れんこん、かつお・昆布だし汁、食塩、しょうゆ、カットわかめ、ねぎ／か れい、片栗粉、にんじん、ノンエッグマヨネーズ、みそ／はくさい、こまつな、油 揚げ、しょうゆ、みりん、カットわかめ、すりごま、油、砂糖、バナナ、無塩バ ター、牛乳、小麦粉、ベーキングパウダー、ココア（ビュアココア）	牛乳 ビスケット 牛乳 バナナココアケーキ	488 kcal 20.7 g 14.8 g
4 18 (火)	ハヤシライス クリームコンスープ わかめサラダ オレンジ	牛乳／クラッカー／米、油、たまねぎ、豚肉（もも）、しめじ、米粉、水、鶏がら スープの素、砂糖、しょうゆ、ホールトマト缶詰、ケチャップ、中濃ソース、ブ ロッコリー／油、じゃがいも、クリームコン缶、豆乳、食塩、パセリ粉／キャ ベツ、きゅうり、にんじん、カットわかめ、すりごま、油、砂糖、しょうゆ、 酢、みりん／オレンジ／牛乳／りんご濃縮果汁、かんてん（粉）、りんご、砂糖 ／カルデツウエハース	牛乳 クラッカー 牛乳 りんご寒天・ウエハース	517 kcal 19.9 g 16.0 g
5 19 (水)	ご飯 きのこ汁 さけのしょうが焼き 切干大根のカレーソーテ グレープフルーツ	牛乳／カルデツウエハース／米／かつお昆布だし汁、しめじ、まいたけ、えのき だけ、しょうゆ、こまつな、たまねぎ、ねぎ／さけ、おろししょうが、片栗粉、 砂糖、しょうゆ、みりん／油、豚ひき肉、切り干しだいこん、ピーマン、にんじ ん、もやし、カレー粉、砂糖、しょうゆ、食塩／グレープフルーツ／牛乳／食パ ン、ツナ水煮缶、ノンエッグマヨネーズ、きゅうり	牛乳 ウエハース 牛乳 ツナサンド	464 kcal 24.6 g 13.8 g
6 (木)	ご飯 チンゲンサイのすまし汁 高野豆腐の味噌炒め さといもの素揚げ バナナ	牛乳／ビスケット／米／かつお・昆布だし汁、鶏ささ身、片栗粉、チンゲンサイ、 にんじん、えのきだけ、食塩、しょうゆ／油、おろししょうが、おろしにん にく、たまねぎ、キャベツ、凍り豆腐、コーン（冷凍）、砂糖、みそ、みりん／ 油、片栗粉、さといも、食塩／バナナ／牛乳／米、こんぶ（だし用）、にんじ ん、かつお節、しょうゆ、ごま	牛乳 ビスケット 牛乳 夕焼けおにぎり	462 kcal 15.7 g 14.1 g
20 (木)	ご飯 チンゲンサイのすまし汁 高野豆腐の味噌炒め さといもの素揚げ バナナ	牛乳／ビスケット／米／かつお・昆布だし汁、鶏ささ身、片栗粉、チンゲンサイ、 にんじん、えのきだけ、食塩、しょうゆ／油、おろししょうが、おろしにん にく、たまねぎ、キャベツ、凍り豆腐、コーン（冷凍）、砂糖、みそ、みりん／ 油、片栗粉、さといも、食塩／バナナ／牛乳／油、じゃがいも、食塩、片栗粉、 しょうゆ	牛乳 ビスケット 牛乳 いももち	462 kcal 15.7 g 14.1 g
7 (金)	ご飯 はくさいのおみそ汁 鶏肉の南部焼き れんこんの炒め煮 オレンジ	牛乳／カルデツウエハース／米／かつおだし汁、はくさい、たまねぎ、みそ／鶏 もも肉、おろししょうが、しょうゆ、みりん、黒ごま、ごま油、豚ひき肉、れ んこん、にんじん、ピーマン、かつおだし汁、砂糖、しょうゆ、みりん／オレン ジ／牛乳／油、かぼちゃ、牛乳、ホットケーキ粉、干しぶどう、きな粉、砂糖	牛乳 ウエハース 牛乳 かぼちゃドーナッツ	499 kcal 21.4 g 16.3 g
21 (金)	ご飯 あすか汁 かれないのきのこかけ ほうれんそうのごま和え みかん	牛乳／カルデツウエハース／米／かつおだし汁、豆乳、はくさい、たまねぎ、だ いこん、油揚げ、みそ／かれない、片栗粉、油、ねぎ、にんじん、えのきだけ、し めじ、まいたけ、かつおだし汁、砂糖、しょうゆ、片栗粉、水／ほうれんそう、 コーン（冷凍）、かつおだし汁、砂糖、しょうゆ、すりごま／みかん／牛乳／ 米、こんぶ（だし用）、しょうゆ、油、鶏ひき肉、にんじん、さつまいも、しめ じ、いんげん、しょうゆ、砂糖、かつおだし汁	牛乳 ウエハース 牛乳 ふきよせごはん	529 kcal 23.7 g 15.8 g
8 (土)	ゆかりコーンご飯 まいたけのおみそ汁 かれないの磯辺揚げ さつまいもの甘がらめ バナナ	牛乳／お子様せんべい／米、カルシウムふりかけ ゆかり、コーン（冷凍）／か つおだし汁、こまつな、たまねぎ、まいたけ、みそ／かれない、片栗粉、油、し ょうゆ、あおのり／さつまいも、ごぼう、にんじん、片栗粉、油、砂糖、し ょうゆ、みりん／バナナ／牛乳／油、じゃがいも、食塩、片栗粉、しょうゆ	牛乳 おせんべい 牛乳 いももち	528 kcal 20.9 g 13.5 g
22 (土)	ゆかりコーンご飯 まいたけのおみそ汁 かれないの磯辺揚げ さつまいもの甘がらめ バナナ	牛乳／お子様せんべい／米、カルシウムふりかけ ゆかり、コーン（冷凍）／か つおだし汁、こまつな、たまねぎ、まいたけ、みそ／かれない、片栗粉、油、し ょうゆ、あおのり／さつまいも、ごぼう、にんじん、片栗粉、油、砂糖、し ょうゆ、みりん／バナナ／牛乳／米、こんぶ（だし用）、にんじん、かつお節、し ょうゆ、ごま	牛乳 おせんべい 牛乳 夕焼けおにぎり	528 kcal 20.9 g 13.5 g
10 (月)	カミカミドライカレー さみとはるさめのスープ かぶの中華サラダ りんご	牛乳／カルデツウエハース／米、油、おろしにんにく、豚ひき肉、たまねぎ、に んじん、ピーマン、ごぼう、干しぶどう、コーン（冷凍）、ケチャップ、中濃 ソース、しょうゆ、食塩、カレー粉、大豆水煮缶／水、鶏ささ身、片栗粉、はく さい、はるさめ、鶏がらスープの素、食塩／かぶ、かぶ・葉、ごま、ごま油、 しょうゆ／りんご／牛乳／さつまいも、かんてん（粉）、水、砂糖	牛乳 ウエハース 牛乳 いもようかん	475 kcal 16.7 g 14.1 g
11 25 (火)	ご飯 ほうれんそうのすまし汁 さけのちゃんちゃん焼き じゃがいもの磯和え グレープフルーツ	牛乳／お子様せんべい／米／かつお・昆布だし汁、ほうれんそう、たまねぎ、油 揚げ、食塩、しょうゆ／さけ、食塩、油、キャベツ、にんじん、ピーマン、しめ じ、コーン（冷凍）、かつお・昆布だし汁、砂糖、しょうゆ、みそ、みりん／ じゃがいも、あおのり、食塩／グレープフルーツ／牛乳／油、焼きそばめん、中 濃ソース、油、豚肉（もも）、キャベツ、たまねぎ、にんじん、えのきだけ、かつ おだし汁、ごま油、しょうゆ、食塩、片栗粉、水	牛乳 おせんべい 牛乳 あんかけ焼きそば	457 kcal 23.3 g 13.1 g
12 26 (水)	ご飯 もやしのおみそ汁 肉豆腐 こまつなのお浸し バナナ	牛乳／クラッカー／米／かつおだし汁、れんこん、にんじん、もやし、みそ／豚 肉（肩ロース）、木綿豆腐、はくさい、たまねぎ、おろししょうが、砂糖、し ょうゆ、みりん／こまつな、コーン（冷凍）、かつおだし汁、しょうゆ／バナナ／牛 乳／ごま油、れんこん、しらす干し、小麦粉、片栗粉、鶏がらスープの素、し ょうゆ	牛乳 クラッカー 牛乳 れんこんのお焼き	478 kcal 17.5 g 13.0 g
13 27 (木)	塩あんかけ野菜丼 豆腐のおみそ汁 さつまいもの甘辛煮 グレープフルーツ	牛乳／ビスケット／米、ごま油、おろししょうが、たまねぎ、鶏もも肉、にんじ ん、はくさい、チンゲンサイ、鶏がらスープの素、食塩、片栗粉、水／かつおだ し汁、木綿豆腐、ねぎ、みそ／さつまいも、水、砂糖、しょうゆ／グレープフ ルーツ／牛乳／米粉、ベーキングパウダー、豆乳、油、砂糖、コーン（冷凍）	牛乳 ビスケット 牛乳 コーン蒸しパン	458 kcal 17.4 g 12.9 g
14 28 (金)	ご飯 チンゲンサイのおみそ汁 さけの中華あんかけ かぼちゃのごまマヨ和え りんご	牛乳／カルデツウエハース／米／かつおだし汁、チンゲンサイ、ねぎ、油揚げ、 みそ／さけ、片栗粉、油、たまねぎ、ピーマン、もやし、ごま油、砂糖、し ょうゆ、みりん、水、片栗粉／かぼちゃ、にんじん、ブロッコリー、すりごま、ノ ンエッグマヨネーズ、しょうゆ／りんご／牛乳／さといも、米粉、砂糖、水、砂 糖、しょうゆ、片栗粉、水	牛乳 ウエハース 牛乳 さといものみたらし団子	481 kcal 20.9 g 14.2 g
◎食材仕入れの都合により献立が変更になる場合があります。ご了承下さい。 ◎幼児クラスでは、喫食確認を行っておりません。 献立の中で食べたことのない食材がありましたら、ご家庭で事前にお試し下さい。				11月平均栄養量
				481 kcal 20.1 g 14.1 g