



令和7年11月

国立ひまわり保育園

	H / I I					
日	時間帯	献立	 黄	赤	緑	
曜	h社l印.山.	田八立	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	その他
1	午前食	5倍粥	*		1. 24	
土		かぶの味噌汁 高野豆腐とじゃが芋の煮物	 じゃが芋、片栗粉、三温糖	高野豆腐	かぶ 人参	昆布だし汁、米みそ 昆布だし汁、醤油
	午後食	トースト(スティック)	プルマンホワイト(パン)	日立 立		
		小松菜のネープ 鶏ひき肉と野菜の煮物	 片栗粉、三温糖	 鶏ひき肉	小松菜、玉ねぎ かぶ、人参	昆布だし汁、醤油 昆布だし汁、醤油
4 火	午前食	5倍粥	*		ガがく大多	
火		さつま芋のすまし汁 白身魚と野菜のみそ煮	さつま芋 片栗粉、三温糖	カレイ	人参、玉ねぎ	昆布だし汁、醤油 昆布だし汁、米みそ
	午後食	5倍粥 玉ねぎの味噌汁	米	7301		
		玉ねぎの味噌汁 <u>高野豆腐と野菜のケチャップ煮</u>	 さつま芋、片栗粉、三温糖	高野豆腐	玉ねぎ 人参	昆布だし汁、米みそ 昆布だし汁、ケチャップ
5 水	午前食	<u> </u>	米		八岁	比がたし川、ファマフフ
水		シチュー 野菜の煮物	じゃが芋 、片栗粉 三温糖	牛乳、鶏ひき肉	玉ねぎ 人参 、キャベツ	塩 醤油、昆布だし汁
	午後食	煮込みうどん	干しうどん		キャベツ、人参	昆布だし汁、醤油
6	左前會	ツナとじゃが芋の煮物	じゃが芋、片栗粉、三温糖	ツナ缶	人参	昆布だし汁、醤油
6	午前食	5倍粥 さつま芋の味噌汁 豆腐と野菜のトマト煮	米 さつま芋			昆布だし汁、米みそ
	午後食	<u>豆腐と野菜のトマト煮</u> 5倍粥	片栗粉、三温糖	絹ごし豆腐	トマト、小松菜	昆布だし汁、醤油
	十後民	小松菜のすまし汁	米 		玉ねぎ、小松菜	昆布だし汁、醤油
7	左前會	さつま芋のそぼろ煮 うどんのミートソース	さつま芋、片栗粉、三温糖 干しうどん、片栗粉、三温糖	鶏ひき肉	人参 人参、玉ねぎ	昆布だし汁、醤油
7 金	午前食	じゃが芋のスープ	十しりこん、万米材、二温橋 じゃが芋	続いさ内	人参、玉はさ	ケチャップ 昆布だし汁、醤油
	午後食	<u>ゆでブロッコリー</u> 5倍がゆ	*		ブロッコリー	
	十伎艮	小松菜のスープ	·		小松菜	昆布だし汁、醤油
0	F#4	しらすと野菜の煮物	片栗粉、三温糖	しらす干し	ブロッコリー、人参	昆布だし汁、醤油
8 ±	午前食	5倍粥 さつま芋の味噌汁	米 さつま芋			昆布だし汁、米みそ
	F/// ^	麩と野菜の煮物	白玉麩、片栗粉、三温糖		人参、玉ねぎ、小松菜	昆布だし汁、醤油
	午後食	5倍粥 小松菜のすまし汁	米		玉ねぎ、小松菜	昆布だし汁、醤油
10		さつま芋のそぼろ煮	さつま芋、片栗粉、三温糖	鶏ひき肉	人参	昆布だし汁、醤油
10 月	午前食	5倍粥 大根の味噌汁	米		大根	昆布だし汁、米みそ
	F#4	豆腐と野菜の煮物	片栗粉、三温糖	絹ごし豆腐	玉ねぎ、人参	昆布だし汁、醤油
	午後食	5倍粥 肉団子のスープ	米 片栗粉	鶏ひき肉	大根、人参	昆布だし汁、醤油
11	左前會	野菜スティック	米		大根、きゅうり	
11	午前食	5倍粥 かぼちゃの味噌汁			かぼちゃ	昆布だし汁、米みそ
	ケ丝合	高野豆腐と野菜の煮物 トースト (スティック)	片栗粉、三温糖 プルマンホワイト(パン)	高野豆腐	玉ねぎ、人参	昆布だし汁、醤油
	干妆技	肉団子のスープ	片栗粉	鶏ひき肉	人参、玉ねぎ	昆布だし汁、醤油
12	午後食	<u>かぼちゃの甘煮</u> 5倍粥	三温糖 米		かぼちゃ	
水	IXX	キャベツのスープ			キャベツ	昆布だし汁、醤油
	午後食	ツナと野菜のケチャップ煮 5倍粥	片栗粉、三温糖 米	ツナ缶	ブロッコリー、人参	昆布だし汁、ケチャップ
	一反民	ブロッコリーの味噌汁			ブロッコリー	昆布だし汁、米みそ
12	午前食	<u>肉団子と野菜の煮物</u> 5倍粥	片栗粉、三温糖 米	鶏ひき肉	キャベツ、玉ねぎ	昆布だし汁、醤油
13 木	אנים ו	じゃが芋のすまし汁	じゃが芋			昆布だし汁、醤油
	午後食	<u>白身魚と野菜の煮物</u> 5倍粥	片栗粉、三温糖 米	カレイ	人参、ほうれん草	昆布だし汁、醤油
	, , , , ,	ほうれん草の味噌汁		500 x + +	玉ねぎ、ほうれん草	昆布だし汁、米みそ
14	午前食	<u>じゃが芋のそぼろ煮</u> 5倍粥	じゃが芋、片栗粉、三温糖 米	鶏ひき肉	人参	昆布だし汁、醤油
金	, 11,112	わかめの味噌汁		カットわかめ	玉ねぎ	昆布だし汁、米みそ
	午後食	豆腐と野菜の味噌煮 5倍粥	片栗粉、三温糖 米	絹ごし豆腐	キャベツ、人参	昆布だし汁、米みそ
		キャベツのすまし汁		with the	キャベツ	昆布だし汁、醤油
15	午前食	ツナと野菜の煮物 5倍粥	片栗粉、三温糖 米	ツナ缶	玉ねぎ、人参	昆布だし汁、醤油
土		小松菜のすまし汁		強ひさ内	小松菜	昆布だし汁、醤油
	午後食	かぼちゃのそぼろ煮 トースト(スティック)	片栗粉、三温糖 プルマンホワイト(パン)	鶏ひき肉	かぼちゃ、人参	昆布だし汁、醤油
		かぼちゃのスープ			かぼちゃ	昆布だし汁、醤油
17	午前食	<u>麩と野菜の煮物</u> 5倍粥	白玉麩、片栗粉、三温糖 米		人参、玉ねぎ、小松菜	昆布だし汁、醤油
月		かぶのすまし汁		生鮭	かぶ人参、大根	昆布だし汁、醤油
	午後食	<u>鮭と野菜の味噌煮</u> トースト(スティック)	<u>片栗粉、三温糖</u> プルマンホワイト(パン)	工壯	八岁、八恨	昆布だし汁、米みそ
		わかめスープ		カットわかめ	玉ねぎ 人参、大根	昆布だし汁、醤油 昆布だし汁、醤油
18	午前食	<u>肉団子と野菜の煮物</u> 5倍粥	*	鶏ひき肉	ハぞ、八似	
火		さつま芋のすまし汁 白身魚と野菜のみそ煮	さつま芋 片栗粉、三温糖	カレイ	人参、玉ねぎ	昆布だし汁、醤油 昆布だし汁、米みそ
	午後食	5倍粥	 	1 1 1 1		
		玉ねぎの味噌汁	 さつま芋、片栗粉、三温糖	高野豆腐	玉ねぎ 人参	昆布だし汁、米みそ 昆布だし汁、ケチャップ
ь		同式立図にお木のファイブノス	」こ ノムナ、八木仂、二皿間	insi'고l®	ハジ	165中にUハ、ノノヤツノ

В			材 料 名					
/	時間帯	献立	黄	赤	緑			
曜			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	その他		
19 水	午前食	シチュー 野菜の煮物	米 じゃが芋、片栗粉 三温糖	牛乳、鶏ひき肉	玉ねぎ 人参、キャベツ	塩 醤油、昆布だし汁		
		煮込みうどん ツナとじゃが芋の煮物	干しうどん じゃが芋、片栗粉、三温糖	ツナ缶	キャベツ、人参 人参	昆布だし汁、醤油 昆布だし汁、醤油		
20 木	午前食	5倍粥 さつま芋の味噌汁 豆腐と野菜のトマト煮	米 さつま芋 片栗粉、三温糖	絹ごし豆腐	トマト、小松菜	昆布だし汁、米みそ 昆布だし汁、醤油		
0.1		5倍粥 小松菜のすまし汁 さつま芋のそぼろ煮	米 さつま芋、片栗粉、三温糖	鶏ひき肉	玉ねぎ、小松菜人参	昆布だし汁、醤油 昆布だし汁、醤油		
21 金	午前食	うどんのミートソース じゃが芋のスープ ゆでブロッコリー	干しうどん、片栗粉、三温糖じゃが芋	鶏ひき肉	人参、玉ねぎ ブロッコリー	ケチャップ 昆布だし汁、醤油		
		5倍がゆ 小松菜のスープ しらすと野菜の煮物	米 片栗粉、三温糖	しらす干し	小松菜 ブロッコリー、人参	昆布だし汁、醤油 昆布だし汁、醤油		
22 ±		5倍粥 さつま芋の味噌汁 <u>麩と野菜の煮物</u>	米 さつま芋 白玉麩、片栗粉、三温糖		人参、玉ねぎ、小松菜	昆布だし汁、米みそ 昆布だし汁、醤油		
	午後食	小松菜のすまし汁 さつま芋のそぼろ煮	米 さつま芋、片栗粉、三温糖	鶏ひき肉	玉ねぎ、小松菜 人参	昆布だし汁、醤油 昆布だし汁、醤油		
25 火		5倍粥 かぼちゃの味噌汁 <u>高野豆腐と野菜の煮物</u>	米 <u> 片栗粉、三温糖</u>	高野豆腐	かぼちゃ 玉ねぎ、人参	昆布だし汁、米みそ 昆布だし汁、醤油		
		トースト(スティック) 肉団子のスープ かぼちゃの甘煮	プルマンホワイト(パン) 片栗粉 三温糖	鶏ひき肉	人参、玉ねぎ かぼちゃ	昆布だし汁、醤油		
26 水	午前食	キャベツのスープ ツナと野菜のケチャップ煮	米 片栗粉、三温糖	ツナ缶	キャベツ ブロッコリー、人参	昆布だし汁、醤油 昆布だし汁、ケチャップ		
	午後食	ブロッコリーの味噌汁 肉団子と野菜の煮物	米 片栗粉、三温糖	鶏ひき肉	ブロッコリー キャベツ、玉ねぎ	昆布だし汁、米みそ 昆布だし汁、醤油		
27 木		5倍粥 じゃが芋のすまし汁 白身魚と野菜の煮物	米 じゃが芋 片栗粉、三温糖	カレイ	人参、ほうれん草	昆布だし汁、醤油 昆布だし汁、醤油		
		5倍粥 ほうれん草の味噌汁 じゃが芋のそぼろ煮	米 じゃが芋、片栗粉、三温糖	鶏ひき肉	玉ねぎ、ほうれん草 人参	昆布だし汁、米みそ 昆布だし汁、醤油		
28 金		5倍粥 さつま芋の味噌汁 豆腐と野菜の味噌煮	米 さつま芋 片栗粉、三温糖	絹ごし豆腐	玉ねぎ キャベツ、人参	昆布だし汁、米みそ 昆布だし汁、米みそ		
20		5倍粥 キャベツのすまし汁 ツナと野菜の煮物	米 片栗粉、三温糖	ツナ缶	キャベツ 玉ねぎ、人参	昆布だし汁、醤油 昆布だし汁、醤油		
29 土	午前食	5倍粥 小松菜のすまし汁 かぼちゃのそぼろ煮	米 片栗粉、三温糖	鶏ひき肉	小松菜 かぼちゃ、人参	昆布だし汁、醤油 昆布だし汁、醤油		
	午後食	トースト (スティック) かぼちゃのスープ <u>麩と野菜の煮物</u>	プルマンホワイト(パン) 白玉麩、片栗粉、三温糖		かぼちゃ 人参、玉ねぎ、小松菜	 昆布だし汁、醤油 昆布だし汁、醤油		

※離乳食の後にミルクを飲みます。 ※園の行事、その他の都合で献立を変更する場合があります。

