



11月離乳食献立表(中・後期)



2025年

社会福祉法人 明秀福祉会
第2さつき認定こども園

日	曜日	昼	おやつ	血や肉、骨をつくる(あか)	力や熱となる(きいろ)	体の調子をととのえる(みどり)
1	土	ツナとほうれん草のうどん	13時降園	ツナ水煮缶	ゆでうどん、片栗粉	ほうれんそう、人参
3	月	文化の日				
4	火	7~5分粥 ささみとかぼちゃのくたくた煮 白菜スープ、りんご煮	人参粥	鶏ささみ、ゆし豆腐	7~5分粥、片栗粉	かぼちゃ、りんご
5	水	納豆粥 白身魚と人参のくたくた煮 大根のスープ	ツナと人参のおじや	納豆粥、白身魚	7~5分粥、片栗粉	人参、ほうれん草、大根
6	木	7~5分粥 鮭と小松菜のくたくた煮 シブイのスープ	野菜のおじや	鮭	7~5分粥、片栗粉	小松菜、コーン缶、とうがん
7	金	7~5分粥 ひき肉とかぼちゃのくたくた煮 白菜と人参のスープ、バナナ	ひき肉とチンゲン菜のおじや	鶏ひき肉	7~5分粥、片栗粉	かぼちゃ、白菜、人参、バナナ
8	土	ささみと大根のくたくた煮 粥、ゆし豆腐	人参粥	鶏ささみ、ゆし豆腐	7~5分粥、片栗粉	大根、いんげん
10	月	7~5分粥 ひき肉と野菜のあん煮 わかめスープ	おかかと野菜のおじや	鶏ひき肉	7~5分粥、片栗粉	人参、ピーマン、カットワカメ、長ネギ
11	火	7~5分粥 豆腐の野菜あん煮 コーンスープ	じゃがいも粥	木綿豆腐、鶏ひき肉、調製粉乳	7~5分粥、片栗粉	白菜、人参、ピーマン、クリームコーン缶、コーン缶、たまねぎ
12	水	7~5分粥 白身魚と野菜のくたくた煮 豆腐とわかめのスープ、バナナ	ツナとからし菜のおじや	ホキ、絹ごし豆腐	7~5分粥、片栗粉	人参、赤パプリカ、なめこ、カットワカメ、バナナ
13	木	磯風味粥 豆腐と人参のやわらか煮 野菜スープ	しらすの磯粥	木綿豆腐	7~5分粥、じゃがいも	青のり、人参、たまねぎ
14	金	7~5分粥 白身魚とかぼちゃのくたくた煮 花魁とほうれん草のスープ、青切りみかん	豆腐といんげんのおじや	白身魚	7~5分粥、片栗粉、花魁	かぼちゃ、ほうれんそう、青切りみかん
15	土	7~5分粥 ささみとキャベツのくたくた煮 豆乳スープ	野菜のおじや	鶏ささみ、無調整豆乳		たまねぎ、ブロッコリー、梨
17	月	ささみと野菜のあんかけ丼 ブロッコリーのスープ、バナナ ヨーグルト	ツナと人参のおじや	鶏ささ身(挽肉)、ヨーグルト	片栗粉	たまねぎ、かぼちゃ、人参、ブロッコリー、バナナ
18	火	7~5分粥 ひき肉とかぼちゃのやわらか煮 白菜と人参のスープ、バナナ	青菜粥、りんご煮	鶏ひき肉、大豆水煮缶	7~5分粥、片栗粉	かぼちゃ、人参、白菜、バナナ
19	水	7~5分粥 ささみと人参のやわらか煮 じゃが芋のスープ	ツナともずくのおじや	鶏ささみ	7~5分粥、片栗粉、じゃがいも	ほうれんそう、たまねぎ
20	木	豆腐と野菜のひき肉あんかけ丼 ほうれん草のスープ	かぼちゃ粥	木綿豆腐、豚ひき肉	7~5分粥、片栗粉	長ネギ、人参、ほうれんそう、もやし
21	金	7~5分粥 白身魚と玉ねぎのやわらか煮 大根のスープ	ツナとさつま芋のおじや	赤魚	7~5分粥、片栗粉	たまねぎ、大根、人参
22	土	ささみと大根のくたくた煮 粥、ゆし豆腐	人参粥	鶏ささみ、ゆし豆腐	7~5分粥、片栗粉	大根、いんげん
24	月	振替休日				
25	火	7~5分粥 白身魚と人参のくたくた煮 わかめとかぼちゃのスープ	もずくときゅうりのおじや	白身魚	7~5分粥、片栗粉	人参、カットワカメ、たまねぎ、かぼちゃ
26	水	7~5分粥 ささみとキャベツのやわらか煮 お豆と野菜のスープ、バナナ	野菜のおじや、りんご煮	鶏ささみ、大豆水煮缶	7~5分粥、片栗粉	キャベツ、人参、たまねぎ、ブロッコリー、バナナ
27	木	7~5分粥 ひき肉とほうれん草のくたくた煮、人参ともやしのスープ バナナ	ツナと白菜のおじや、さつま芋のマッシュ	鶏ひき肉	7~5分粥、片栗粉	ほうれんそう、もやし、人参、バナナ
28	金	納豆粥 白身魚と人参のくたくた煮 大根のスープ	ツナと人参のおじや	挽きわり納豆、白身魚	7~5分粥、片栗粉	ほうれんそう、大根
29	土	7~5分粥 ひき肉と野菜のやわらか煮 野菜スープ	パプリカ粥	鶏ひき肉	7~5分粥、片栗粉	たまねぎ、人参、大根、ホールトマト缶

*献立は都合により変更することがあります。

*基本的には中期→だし汁、後期→だし汁と醤油で味付けをしています。





11月の献立表



2025年

社会福祉法人 明秀福祉会
第2さつき認定こども園

日	曜日	昼	おやつ	血や肉、骨をつくる（あか）	力や熱となる（きいろ）	体の調子をととのえる（みどり）
1	土	きつねうどん 白菜の和え物	13時降園	油揚げ、ツナ水煮缶	ゆでうどん	人参、ほうれんそう、白菜、梨
3	月	文化の日				
4	火	鮭の青じそごはん 鶏肉の照り煮、五食和え シブイのみそ汁	マカロニきな粉、牛乳	鮭、鶏もも肉、花かつお、油揚げ、削り節、みそ	白いりごま、三温糖	大葉、しょうが、小松菜、もやし、人参、しめじ、コーン缶、とうがん、にら
5	水	ご飯、納豆みそ、大根のみそ汁 魚のバター醤油焼き 人参とツナのしりしりー	ゆかりおにぎり、牛乳	赤みそ、豚ひき肉、挽きわり納豆、白身魚、ツナ水煮缶、卵、削り節、みそ	三温糖、油、白いりごま、食塩不使用バター	人参、ネギ、しょうが、ほうれんそう、大根
6	木	沖縄そば もやしのツナ和え かぼちゃの天ぷら、りんご	味噌おにぎり、牛乳	豚肩ロース、削り節、ツナ水煮缶	沖縄そば、三温糖、白いりごま、小麦粉、油	昆布だし、ネギ、もやし、人参、かぼちゃ、りんご
7	金	えびチャーハン ひき肉中華スープ かぼちゃのマッ シュ、バナナ	いなり寿し、牛乳	ウインナーソーセージ（卵・乳不使用、卵、鶏ひき肉、豚ひき肉）	油、ごま油、はるさめ 普通はるさめ 乾、片栗粉、食塩不使用バター	人参、ピーマン、しょうが、長ネギ、白菜、チンゲンサイ、かぼちゃ、バナナ
8	土	豚みそ丼、ゆし豆腐	ぼたぼた焼き、牛乳	豚肩ロース、みそ、油揚げ、ゆし豆腐、かつお節	油、三温糖、ごま油	しょうが、たまねぎ、人参、ピーマン、長ネギ、しめじ、ネギ
10	月	ご飯、チンジャオロース パンサンズ わかめ スープ	おかかおにぎり、牛乳	豚肉もも、ハム（卵・乳不使用、削り節）	油、三温糖、ごま油、片栗粉、はるさめ 普通はるさめ 乾、白いりごま	人参、ピーマン、きゅうり、カットワカメ、長ネギ
11	火	マーボー丼、ナムル 切り干し大根のみそ汁	ピザトースト、牛乳	木綿豆腐、豚ひき肉、みそ、削り節	ごま油、三温糖、片栗粉、すりごま白	長ネギ、人参、ほうれんそう、もやし、切干しだいこん、しめじ
12	水	ご飯（強化米）、なめこ汁 魚フライタルソースかけ からし菜炒め、バナナ	アメリカンドッグ、牛乳	ホキ、卵、ゆで卵、厚揚げ、ツナ水煮缶、絹ごし豆腐、削り節、みそ	強化米新玄、小麦粉、パン粉、揚げ油、マヨドレ、白いりごま、油、ごま油	赤パプリカ、きゅうり、からしな、人参、なめこ、カットワカメ、バナナ
13	木	お弁当会	0.1.2歳児ジャムパン、牛乳 3.4.5歳児チョコパン、牛乳			
14	金	ちらし寿司、魚の照り焼き かぼちゃの甘煮 花魁のすまし汁、青切りみかん	紅白蒸しパン、牛乳	高野豆腐、卵、白身魚、削り節	三温糖、油、花魁	（乾）しいたけ、人参、いんげん、しょうが、かぼちゃ、ほうれんそう、青切りみかん
15	土	ケチャップ焼きそば コンソメスープ	五穀ビスケット、牛乳	豚肉もも	沖縄そば、油、三温糖、オリーブ油	人参、キャベツ、たまねぎ、ピーマン、しめじ
17	月	秋野菜カレー ブロッコリーのツナ和え フルーツヨーグルト	マカロニきな粉、牛乳	豚肩ロース、牛乳、ツナ水煮缶、ヨーグルト	押麦、油、小麦粉、三温糖	たまねぎ、かぼちゃ、にんじん、しめじ、ブロッコリー、バナナ、みかん缶、りんご
18	火	えびチャーハン ひき肉中華スープ かぼちゃのマッ シュ、バナナ	味噌おにぎり、牛乳	ウインナーソーセージ（卵・乳不使用、卵、鶏ひき肉、豚ひき肉）	油、ごま油、はるさめ 普通はるさめ 乾、片栗粉、食塩不使用バター	人参、ピーマン、しょうが、長ネギ、白菜、チンゲンサイ、かぼちゃ、バナナ
19	水	わかめごはん、鶏の香味焼き 五食和え、じゃが芋のみそ汁	ひらやーちー、牛乳	鶏もも肉、削り節、みそ	ごま 白、三温糖、ごま油、油、じゃがいも	ごま、しょうが、長ネギ、しめじ、小松菜、もやし、人参、えのき、コーン缶、たまねぎ
20	木	マーボー丼、ナムル 切り干し大根のみそ汁	ピザトースト、牛乳	木綿豆腐、豚ひき肉、みそ、削り節	ごま油、三温糖、片栗粉、すりごま白	長ネギ、人参、ほうれんそう、もやし、切干しだいこん、しめじ
21	金	ご飯、たらの味噌マヨ焼き 大根ツナ和え 具だくさん汁、ふかし芋	いなり寿司、牛乳	タラ、みそ、ツナ水煮缶、豚肩ロース、カステラかまぼこ、削り節	油、マヨドレ、三温糖、さつま芋	しいたけ、人参、たまねぎ、大根、大葉、（乾）しいたけ、切こんにゃく、ネギ
22	土	豚みそ丼、ゆし豆腐	ぼたぼた焼き、牛乳	豚肩ロース、みそ、油揚げ、ゆし豆腐、かつお節	油、三温糖、ごま油	しょうが、たまねぎ、人参、ピーマン、長ネギ、しめじ、ネギ
24	月	振替休日				
25	火	クファージュシー 赤魚の煮つけ、もずくの酢の物 わかめとかぼちゃのみそ汁	サーターアングダー、牛乳	鶏もも肉、赤魚、削り節、みそ	ラード、三温糖	（乾）ひじき、（乾）しいたけ、人参、しょうが、もずく、レモン汁、きゅうり、カットワカメ、たまねぎ、かぼちゃ
26	水	きのご和風スパゲティー キャベツとりんごのサラダ お豆と野菜のスープ	♡お誕生日会♡ お誕生日ケーキ、ジョア	豚小間、大豆水煮缶	スパゲッティ、油、オリーブ油、三温糖、フレンチドレッシング	人参、玉ねぎ、しめじ、えのき、エリンギ、チンゲン菜、キャベツ、胡瓜、りんご、レーズン、にんにく、ブロッコリー
27	木	三食丼、白菜の煮びたし、厚揚げのみそ汁、バナナ	焼き芋、牛乳	鶏ひき肉、卵、油揚げ、厚揚げ、削り節、みそ	三温糖	しょうが、ほうれんそう、白菜、人参、いんげん、もやし、バナナ
28	金	ご飯、納豆みそ、大根のみそ汁 魚のバター醤油焼き 人参とツナのしりしりー	ゆかりおにぎり、牛乳	赤みそ、豚ひき肉、挽きわり納豆、白身魚、ツナ水煮缶、卵、削り節、みそ	三温糖、油、白いりごま、食塩不使用バター	人参、ネギ、しょうが、ほうれんそう、大根
29	土	ハヤシライス カリカリきゅうり	アンパンマンせんべい、牛乳	牛肉肩ロース	押麦、油、ごま油、白いりごま	たまねぎ、人参、しめじ、ホールトマト缶、大根、きゅうり、赤パプリカ、黄パプリカ、みかん

* 献立は都合により変更することがあります。

* 第2木曜日はお弁当会です。愛情いっぱいのお弁当よろしくお願ひします

