



2025年11月 予定献立表



福音幼稚園

3 (月)	4 (火)	5 (水)	6 (木)	7 (金)
休 園 	ごはん	ごはん	秋の遠足 	ごはん
	みそしる さといも、わかめ、ごぼう にんじん、みそ、だし	ツナ入り卵焼き 卵、ツナ、白だし、砂糖 油		みそしる 木綿豆腐、わかめ、たまねぎ みそ、だし
	さばのみりん焼き さば、みりん、砂糖、しょうゆ ごま、塩	チャブチェ 豚もも、はるさめ、ピーマン にんじん、たまねぎ、ごま、にんにく しょうゆ、砂糖、みりん、ごま油 鶏ガラ、塩		豚ばらとキャベツの甘みそ炒め 豚ばら、厚揚げ、キャベツ、にんじん みそ、みりん、しょうゆ 砂糖、油
	切干大根の煮物 切干しだいこん、油あげ、にんじん ごま油、砂糖、しょうゆ、みりん だし	りんご		ちくわときゅうりの甘酢和え ちくわ、きゅうり、わかめ 酢、砂糖、しょうゆ
	オレンジ 11月10日 418 kcal たんぱく質 14 g 脂質 15.4 g 炭水化物 60 g 食塩相当量 1.6 g	りんご 11月10日 400 kcal たんぱく質 16.8 g 脂質 11.9 g 炭水化物 57.5 g 食塩相当量 0.5 g		柿 11月10日 411 kcal たんぱく質 13.3 g 脂質 14 g 炭水化物 60.3 g 食塩相当量 1.9 g
10 (月)	11 (火)	12 (水)	13 (木)	14 (金)
おかかごはん ごはん、かつお節、砂糖 しょうゆ、ごま	にこにご弁当 	五目チャーハン ごはん、ベーコン、にんじん、ねぎ 油、塩、こしょう、鶏ガラ	ごはん	ごはん
みそしる 木綿豆腐、しめじ、油あげ みそ、だし		タンドリーチキン 鶏もも、塩、こしょう、カレー粉 にんにく、たまねぎ、りんご しょうゆ、ヨーグルト、油	みそしる キャベツ、はんぺん、にんじん みそ、だし	みそしる 大根、みずな、油あげ みそ、だし
たらのマヨ西京焼き たら、砂糖、みりん、みそ マヨネーズ、油		キャベツとブロッコリーのごま和え キャベツ、ブロッコリー、ごま 砂糖、しょうゆ、白だし	五目豆 鶏もも、大豆、にんじん、こんにゃく ひじき、だし、砂糖、しょうゆ みりん	にんじん肉巻き 豚かたロース、にんじん、小麦粉 砂糖、しょうゆ、だし みりん、油
こんにゃくとれんこんのきんぴら こんにゃく、れんこん、にんじん しょうゆ、みりん、砂糖 ごま、ごま油		りんご	青菜のしらす和え こまつな、しらす 白だし	ポテト
柿 11月14日 413 kcal たんぱく質 15.1 g 脂質 13.6 g 炭水化物 64.3 g 食塩相当量 1.5 g		りんご 11月14日 399 kcal たんぱく質 18.3 g 脂質 11.3 g 炭水化物 60.8 g 食塩相当量 0.7 g	青菜のしらす和え こまつな、しらす 白だし	マカロニサラダ マカロニ、にんじん、コーン、ツナ きゅうり、マヨネーズ 塩、フルクトレッシング
17 (月)	18 (火)	19 (水)	20 (木)	21 (金)
ごはん	ホットドッグ コッパパン、ウインナー、キャベツ ケチャップ、塩、こしょう、油	ごはん	ごはん	ごはん
みそしる 大根、厚揚げ、こまつな みそ、だし	コンソメスープ ウインナー、たまねぎ、えだまめ コーン、にんじん、えのき コンソメ、鶏ガラ	さばのみりん焼き さば、みりん、砂糖、しょうゆ ごま、塩	みそしる 豚ばら、はくさい、ごぼう みそ、だし	みそしる とうもろこし、わかめ、たまねぎ みそ、だし
ツナ入り卵焼き 卵、ツナ、白だし 砂糖、油	ポテトサラダ じゃがいも、塩、にんじん、コーン ハム、マヨネーズ、フルクトレッシング	切干大根の煮物 切干しだいこん、油あげ、にんじん ごま油、砂糖、しょうゆ、みりん だし	おでん ウインナー、大根、こんにゃく ちくわ、魚河岸揚げ、昆布、だし みりん、しょうゆ、塩	すき焼き風煮 豚かたロース、はくさい、しらたき 厚揚げ、しめじ、まいたけ だし、砂糖、しょうゆ、みりん
チャブチェ 豚もも、はるさめ、ピーマン にんじん、たまねぎ、ごま、にんにく しょうゆ、砂糖、みりん、ごま油 鶏ガラ、塩	柿 11月18日 420 kcal たんぱく質 15.1 g 脂質 21.8 g 炭水化物 46.7 g 食塩相当量 2.4 g	オレンジ	春雨サラダ はるさめ、きゅうり、にんじん コーン、酢、しょうゆ 砂糖、塩	やみつきサラダ 大根、にんじん、きゅうり、ツナ ごま、ごま油、にんにく、かつお節 しょうゆ、白だし
りんご 11月18日 416 kcal たんぱく質 17.9 g 脂質 12.3 g 炭水化物 59.8 g 食塩相当量 1.3 g	柿 11月18日 420 kcal たんぱく質 15.1 g 脂質 21.8 g 炭水化物 46.7 g 食塩相当量 2.4 g	りんご 11月18日 395 kcal たんぱく質 12.7 g 脂質 15 g 炭水化物 55.4 g 食塩相当量 0.7 g	春雨サラダ はるさめ、きゅうり、にんじん コーン、酢、しょうゆ 砂糖、塩	ヨーグルト
24 (月)	25 (火)	26 (水)	27 (木)	28 (金)
休 園 	ごはん	やきそば 中華めん、にんじん、たまねぎ キャベツ、豚ばら、塩、中濃ソース しょうゆ、油	ポークカレー ごはん、豚かたロース、鶏ひき肉 にんじん、じゃがいも、たまねぎ カレールウ、油、鶏ガラ	ごはん
	みそしる さつまいも、たまねぎ、みずな まいたけ みそ、だし	大豆としらすの甘辛煮 大豆、しらす、砂糖 しょうゆ、油	りんごサラダ りんご、レタス、きゅうり フルクトレッシング、塩、レモン汁	みそしる 木綿豆腐、わかめ、まいたけ みそ、だし
	鮭の香味焼き さけ、パセリ、小麦粉、パン粉 塩、こしょう、ガーリックパウダー 油	ブロッコリーの白だし和え ブロッコリー、白だし	ゼリー	豚ばらと白菜の蒸し煮 はくさい、しめじ、えりんぎ しいたけ、豚ばら、はるさめ だし、白だし、しょうゆ、塩
	白菜とにんじんの塩こご和え はくさい、にんじん、塩昆布 ごま油	りんご		にんじんとちくわのきんぴら にんじん、ちくわ、こんにゃく みりん、ごま、しょうゆ ごま油、砂糖
	柿 11月24日 397 kcal たんぱく質 17.6 g 脂質 9.1 g 炭水化物 64.8 g 食塩相当量 1.1 g	りんご 11月24日 396 kcal たんぱく質 16.8 g 脂質 19.8 g 炭水化物 46.6 g 食塩相当量 1 g	りんご 11月24日 410 kcal たんぱく質 12.5 g 脂質 10.8 g 炭水化物 71 g 食塩相当量 0.9 g	柿 11月24日 416 kcal たんぱく質 13.8 g 脂質 17 g 炭水化物 54.1 g 食塩相当量 2.1 g
遠足予定日の6日(木)と遠足予備日の11日(火)は 両日ともににこにご弁当のため、園弁当、給食、味噌汁の 提供はございません。				
おこめクイズ おこめはいろんなごはんへんしんするよ お〇〇り 〇レ〇 〇し 〇ヤー〇ン				

*都合により献立を変更することがあります。