



11月 幼児食献立表



令和7年11月
幼保連携型認定こども園
神戸女子大学附属高倉台幼稚園

日付	献立名	“血・肉・骨” を作る食品 魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	“熱・力” の元になる食品 穀類・油脂類・砂糖類・芋類	“体調” を整える食品 野菜類・海藻類・くだもの類	調味料	エネルギー
1 (土)	ツナピラフ 卵の洋風スープ りんご 牛乳	ツナ 卵 牛乳	米 じゃがいも	玉葱・人参・いんげん ミニトマト・パセリ りんご	コンソメ コンソメ 塩	460 kcal
3 (月)	文化の日					
4 (水) 年少 おにぎり	シーフードピラフ じゃがいもとしめじのチーズ 焼き ミネストローネ オレンジ	えび・ツナ 鶏もも肉・チーズ ベーコン	米・油・酒 じゃがいも・油 油	玉葱・人参・いんげん 玉葱・しめじ・コーン・パセリ 玉葱・人参・キャベツ・セロリ・ホールトマト・ケチャップ オレンジ	コンソメ 塩 コンソメ 塩	400 kcal
5 (水) 弁当箱	おにぎり ニラ玉 きのこほうれん草のソテー ® ヤンニョム厚揚げ	卵・豚ひき肉・高野豆腐 ウインナー 厚揚げ	米(鮭・わかめ) 砂糖 油 胡麻・砂糖	ニラ・切り干し大根 ほうれん草・もやし・コーン・しめじ・舞茸 ケチャップ	中華あじ 濃口醤油 コンソメ 淡口醤油	590 kcal
6 (木) 年長 おにぎり	コッペパン マカロニグラタン レタスサラダ オレンジ 牛乳	鶏もも肉・牛乳・チーズ ツナ 牛乳	コッペパン マカロニ フレンチドレッシング	たまねぎ・しめじ・パセリ レタス・人参 オレンジ	コンソメ	560 kcal
7 (金)	焼き芋パーティ おにぎり持参 🍠					
8 (土)	鶏そぼろ丼 小松菜の和え物 わかめの味噌汁 ヨーグルト	卵・鶏ひき肉・高野豆腐 味噌・豆腐 ヨーグルト	米・砂糖 砂糖・ごま じゃがいも	小松菜・人参 わかめ	淡口醤油 淡口醤油 鰹・昆布だし	500 kcal
10 (月) 弁当箱	おにぎり 鯖のかば焼き® 高野豆腐の五目煮 バナナ	鯖 高野豆腐	米(ゆかり・青菜) 砂糖 砂糖	生姜 いんげん・しいたけ・人参 バナナ	鰹・昆布だし 淡口醤油・塩	500 kcal
11 (火) 創立記念日 1号休園	ごはん 鶏の照り焼き 小松菜のおかか和え 厚揚げの味噌焼き	鶏もも肉 鯉鱈 厚揚げ・味噌	米 砂糖 砂糖 砂糖	小松菜・もやし・人参 青葱	濃口醤油 淡口醤油	420 kcal
12 (水) 弁当箱	おにぎり ひじきの和風オムレツ ブロッコリーのマヨネーズ和え ウインナー キャンディチーズ	卵・高野豆腐 ウインナー チーズ	米(ごま塩・わかめ) 油・砂糖・酒 マヨドレ 油	ひじき・玉葱・人参・舞茸 ブロッコリー・人参・きゅうり	濃口醤油 淡口醤油	500 kcal
13 (木) 年少 おにぎり	ごはん チンジャオロース わかめとキャベツのナムル バナナ	牛もも肉 ツナ	米 砂糖 ごま油・胡麻	玉葱・ピーマン・だけのこ きゅうり・人参・キャベツ・わかめ バナナ	濃口醤油	470 kcal
14 (金)	ごはん 鮭の甘酢あんかけ 水菜の中華サラダ 大学芋	鮭 焼き豚	米 片栗粉 砂糖・ごま油 さつまいも・黒ごま・油・砂糖	たまねぎ・人参・ピーマン 水菜・人参・切り干し大根	酢 淡口醤油 淡口醤油	510 kcal
15 (土)	ハヤシライス かぼちゃサラダ りんご 牛乳	牛もも肉 ハム 牛乳	米・ハヤシルウ マヨドレ	玉葱・人参・ケチャップ・ホールトマト かぼちゃ・きゅうり りんご	塩	540 kcal

17 (月) 弁当箱 年中 おにぎり	おにぎり 鶏の西京焼き 鉄骨サラダ	鶏もも肉・白味噌 大豆・ハム	米(青菜・鮭) 砂糖 マヨドレ	きゅうり・コーン・人参・ひじき・れんこん	淡口醤油	490 kcal
	キャンディチーズ	チーズ				
18 (火)	ごはん ちくわの磯辺揚げ ほうれん草としめじのお浸し 豚汁	ちくわ・卵 油揚げ・かつお節 味噌・豚もも肉・厚揚げ	米 てんぷら粉・油・酒 砂糖 油・さつまいも	青のり ほうれん草・もやし・人参・しめじ 青葱・大根・人参・ごぼう	淡口醤油 濃口醤油 かつお昆布だし	430 kcal
	誕生会 おにぎり持参🍱 プリン (プリンミックス・牛乳)					
20 (木)	ごはん 鯖の味噌煮 小松菜と卵の和え物 りんご	鯖・赤味噌・白味噌 卵	米 酒・砂糖 砂糖	ごはん 生姜・長葱 小松菜・もやし・人参 りんご	淡口醤油 塩 濃口醤油 淡口醤油	420 Kcal
21 (金)	ごはん 牛肉のカレー炒め さつまいもサラダ ヨーグルト	牛もも肉 ハム ヨーグルト	米 カレー粉 さつまいも・マヨドレ	たまねぎ・ピーマン・しめじ・人参 きゅうり・人参	コンソメ	530 kcal
22 (土)	中華丼 ニラ玉炒め オレンジ ヨーグルト	豚もも肉 卵	米・片栗粉 油	白菜・人参・しいたけ にら オレンジ	中華あじ 中華あじ 淡口醤油	400 kcal
24 (月)	振替休日					
25 (火)	ごはん 麻婆豆腐 中華サラダ 大根とベーコンの中華スープ	木綿豆腐・豚ひき肉・高野豆腐・赤味噌 鶏ささみ・白味噌 ベーコン	米 片栗粉・油・砂糖 春雨・練りごま・砂糖 ごま油・砂糖・片栗粉	玉葱・人参・ニラ・干し椎茸・生姜・にんにく 人参・きゅうり 大根・えのき・青葱・生姜	淡口醤油 中華あじ 濃口醤油 淡口醤油 塩 中華あじ	500 kcal
26 (水) 弁当箱	おにぎり 鮭のから揚げ 春菊のお浸し® キャンディチーズ	鮭 チーズ	米(ゆかり・ごま塩) 米粉・片栗粉・油 砂糖	生姜 春菊・キャベツ・人参	淡口醤油 淡口醤油	440 kcal
27 (木)	ごはん お好み焼き もやしと水菜の昆布和え みかん	豚ばら肉・エビ・卵・かつお粉 粉	米 お好み焼き粉・天かす・お好み焼きソース・マヨネーズ 砂糖・いりごま	キャベツ・青葱 もやし・水菜・人参・コーン・塩昆布 みかん	濃口醤油 かつお昆布だし	440 kcal
28 (金) りす おにぎり	ごはん 赤魚のマヨネーズ焼き 切り干しナポリタン のり塩ポテト	赤魚 ウインナー	米 マヨドレ 砂糖 じゃがいも・油	切り干し大根・人参・ピーマン・ケチャップ・ソース 青のり	淡口醤油 コンソメ	480 kcal
29 (土)	焼うどん れんこんのきんぴら りんご ヨーグルト	豚もも肉・鰹節	ゆでうどん・みりん 砂糖・ごま油・酒	玉葱・人参・青葱 蓮根・人参 りんご	淡口醤油 淡口醤油 塩	400 kcal

【給食室からのお知らせ】

- ・毎週月曜日と水曜日は、おにぎり給食のため、空の弁当箱を持たせてください。
- ・7日(金)はやきいもパーティです。おにぎり🍱の持参をお願いします。
- ・11日(水)は創立記念日のため、1号認定児は休園です。2・3号認定児のみ給食の提供があります。
- ・19日(水)は誕生会です。おやつを食べるためのスプーンと、昼食のおにぎり🍱の持参をお願いします。
- ・園外保育に行く学年は、おにぎり持参日となります。他の学年は、園で給食を食べます。

りす 28日(金) 年少 4日(火)、13日(木) 年中 17日(月) 年長 6日(木)