

日・曜日	午前おやつ	昼食			午後おやつ	材料
		主食	おかず	材料	献立名	
1 29	水	ウエハース	ごはん	ぶりの照り焼き 青菜のごまあえ すまし汁	精白米、ぶり、青菜、にんじん、ごま、えのき、わかめ、焼き麩	きなこサンド 食パン、きなこ、牛乳
2 16	木	おせんべい	中華丼	春雨サラダ 豆腐の中華スープ	精白米、豚肉、白菜、にんじん、しいたけ、チンゲンサイ、緑豆春雨、きゅうり、にんじん、豆腐、ねぎ	ヨーグルトケーキ ホットケーキミックス、ヨーグルト
- 17	金	ビスケット	秋のミートソースパスタ	さつまいものマヨネーズあえ ブロッコリーのスープ	スパゲッティ、豚ひき肉、しめじ、えのき、たまねぎ、にんじん、ピーマン、さつまいも、ブロッコリー、ツナ、じゃがいも	お好み焼き キャベツ、豚肉、あおのり
4 18	土	クッキー	カレーピラフ	ほうれん草サラダ ポテトスープ	精白米、ツナ、たまねぎ、ピーマン、ほうれん草、にんじん、チーズ、トマト	むしパン ホットケーキミックス、牛乳
6 20	月	ウエハース	ごはん	鶏のからあげ ひじきサラダ 豆腐のみそ汁	精白米、鶏肉、ひじき、にんじん、いんげん、ごま、絹豆腐、わかめ	ケーキサレ ホットケーキミックス、牛乳、ツナ、コーン
7 21	火	おせんべい	さつまいもごはん	お豆腐入りつくね インゲンのごまあえ きのこのすまし汁	精白米、さつまいも、ごま、鶏ひき肉、豆腐、たまねぎ、いんげん、えのき、ねぎ	焼きそば 蒸し中華麺、豚肉、キャベツ、にんじん
8 22	水	ビスケット	ごはん	さばの味噌煮 キャベツとにんじんサラダ じゃがいもとわかめのスープ	精白米、さば、しょうが、キャベツ、にんじん、チーズ、じゃがいも、ねぎ、わかめ	オートミールクッキー オートミール、牛乳
9 30	木	クッキー	食パン	鶏と野菜のトマト煮 ポテトサラダ キャベツのスープ	食パン、鶏肉、ブロッコリー、黄ピーマン、しめじ、じゃがいも、きゅうり、にんじん、コーン、マヨネーズ、キャベツ	ツナおかかおにぎり 精白米、ツナ、かつお節
10 1	金	ウエハース	ごはん	麻婆豆腐 もやしとにんじんナムル わかめスープ	精白米、豆腐、豚ひき肉、ねぎ、しょうが、もやし、にんじん、ツナ、わかめ	牛乳かん 牛乳、寒天、みかん
11 25	土	おせんべい	焼きうどん	もやしとささみのいそべあえ だいこんのみそ汁	うどん、歌肉、にんじん、キャベツ、しいたけ、もやし、ささみ、のり、だいこん、ねぎ	焼きおにぎり 精白米
13 27	月	ビスケット	カレーライス	コールスロー ほうれん草のスープ	精白米、豚ひき肉、鶏ひき肉、にんじん、たまねぎ、ピーマン、キャベツ、にんじん、きゅうり、コーン、ほうれん草	チーズ蒸しパン ホットケーキミックス、牛乳、チーズ
14 28	火	クッキー	おからパン	チキンのホワイトシチュー ブロッコリーサラダ フルーツ	おからパン、鶏肉、たまねぎ、さつまいも、しめじ、牛乳、ブロッコリー、コーン、バナナ	夕焼けおにぎり 精白米、にんじん、かつお節
茨城県ご当地メニュー						
15 1	水	ウエハース	ごはん	そぼろ納豆・豚の生姜焼き 青菜のいそべあえ もやしのみそ汁	精白米、納豆、だいこん、豚肉、たまねぎ、しょうが、青菜、のり、もやし、油揚げ、ねぎ	スイートポテト さつまいも、牛乳、ごま
おたのしみかい おたんじょうびかい 24日(金)		クッキー	ピラフ	チキンナゲット ミネストローネ フルーツ	精白米、ツナ、たまねぎ、ピーマン、鶏ひき肉、豆腐、にんじん、ウインナー、キャベツ、じゃがいも、しめじ、バナナ	りんごマフィン りんご、牛乳、ホットケーキミックス

今月の平均エネルギー供給量

- ・エネルギー 479.4kcal
- ・タンパク質 16.2g

【飲み物について】

朝おやつ、給食、午後おやつのうち、1回を牛乳、2回を麦茶で提供します。



※都合により献立を変更することがございます。ご了承ください。

* 15日のそぼろ納豆は茨城県の郷土料理です。江戸時代頃は秋に収穫した大豆で納豆をつくり、近所やお寺等に配るという習慣があり、その際に余った納豆を長い間食べられるよう様々な工夫をしていく中で郷土料理が生まれ、そぼろ納豆もそうして生まれた郷土料理の一つであるとされています。糸引きが良くない納豆ができた際に、大根を使った保存食、寒干し(切干)大根を混ぜて塩漬けにしたのが、現在のそぼろ納豆の原型です。給食では食べやすいように大根を使用しています。

日・曜日	午前おやつ		昼食			午後おやつ	
			主食	おかず	材料	献立名	材料
1 29	水	ウエハース	ごはん	ぶりの照り焼き 青菜のごまあえ すまし汁	精白米、ぶり、青菜、にんじん、ごま、えのき、わかめ、焼き麩	きなこサンド	食パン、きなこ、牛乳
2 16	木	おせんべい	中華丼	春雨サラダ 豆腐の中華スープ	精白米、豚肉、白菜、にんじん、しいたけ、チンゲンサイ、緑豆春雨、きゅうり、にんじん、豆腐、ねぎ	ヨーグルトケーキ	ホットケーキミックス、ヨーグルト
-	17	金	ビスケット	秋のミートソースパスタ	さつまいものマヨネーズあえ ブロッコリーのスープ	お好み焼き	キャベツ、豚肉、あおのり
4 18	土	クッキー	カレーピラフ	ほうれん草サラダ ポテトスープ	精白米、ツナ、たまねぎ、ピーマン、ほうれん草、にんじん、チーズ、トマト	むしパン	ホットケーキミックス、牛乳
6 20	月	ウエハース	ごはん	鶏の和風ソテー ひじきサラダ 豆腐のみそ汁	精白米、鶏肉、ひじき、にんじん、いんげん、ごま、絹豆腐、わかめ	ケーキサレ	ホットケーキミックス、牛乳、ツナ、コーン
7 21	火	おせんべい	さつまいもごはん	お豆腐入りつくね インゲンのごまあえ きのこのすまし汁	精白米、さつまいも、ごま、鶏ひき肉、豆腐、たまねぎ、いんげん、えのき、ねぎ	焼きそば	蒸し中華麺、豚肉、キャベツ、にんじん
8 22	水	ビスケット	ごはん	さばの味噌煮 キャベツとにんじんサラダ じゃがいもとわかめのスープ	精白米、さば、しょうが、キャベツ、にんじん、チーズ、じゃがいも、ねぎ、わかめ	オートミールクッキー	オートミール、牛乳、
9 30	木	クッキー	食パン	鶏と野菜のトマト煮 ポテトサラダ キャベツのスープ	食パン、鶏肉、ブロッコリー、黄ピーマン、しめじ、じゃがいも、きゅうり、にんじん、コーン、マヨネーズ、キャベツ	ツナおかかおにぎり	精白米、ツナ、かつお節
10 1	金	ウエハース	ごはん	麻婆豆腐 もやしとにんじんナムル わかめスープ	精白米、豆腐、豚ひき肉、ねぎ、しょうが、もやし、にんじん、ツナ、わかめ	牛乳かん	牛乳、寒天、みかん
11 25	土	おせんべい	焼きうどん	もやしとささみのいそべあえ だいこんのみそ汁	うどん、歌肉、にんじん、キャベツ、しいたけ、もやし、ささみ、のり、だいこん、ねぎ	焼きおにぎり	精白米
13 27	月	ビスケット	カレーライス	コールスロー ほうれん草のスープ	精白米、豚ひき肉、鶏ひき肉、にんじん、たまねぎ、ピーマン、キャベツ、にんじん、きゅうり、コーン、ほうれん草	チーズ蒸しパン	ホットケーキミックス、牛乳、チーズ
14 28	火	クッキー	おからパン	チキンのホワイトシチュー ブロッコリーサラダ フルーツ	おからパン、鶏肉、たまねぎ、さつまいも、しめじ、牛乳、ブロッコリー、コーン、バナナ	夕焼けおにぎり	精白米、にんじん、かつお節
茨城県ご当地メニュー			ごはん	そぼろ納豆・豚の生姜焼き 青菜のいそべあえ もやしのみそ汁	精白米、納豆、だいこん、豚肉、たまねぎ、しょうが、青菜、のり、もやし、油揚げ、ねぎ	スイートポテト	さつまいも、牛乳、ごま
15 1	水	ウエハース					
おたのしみかい おたんじょうびかい 24日(金)		クッキー	ピラフ	チキンナゲット ミネストローネ フルーツ	精白米、ツナ、たまねぎ、ピーマン、鶏ひき肉、豆腐、にんじん、ウインナー、キャベツ、じゃがいも、しめじ、バナナ	りんごマフィン	りんご、牛乳、ホットケーキミックス

今月の平均エネルギー供給量

- ・エネルギー 479.4kcal
- ・タンパク質 16.2 g

【飲み物について】

朝おやつ、給食、午後おやつのうち、1回を牛乳、2回を麦茶で提供します。



※都合により献立を変更することがございます。ご了承ください。

* 15日のそぼろ納豆は茨城県の郷土料理です。江戸時代頃は秋に収穫した大豆で納豆をつくり、近所やお寺等に配るという習慣があり、その際に余った納豆を長い間食べられるような工夫をしていく中で郷土料理が生まれ、そぼろ納豆もそうして生まれた郷土料理の一つであるとされています。糸引きが良くない納豆ができた際に、大根を使った保存食、寒干し(切干)大根を混ぜて塩漬けにしたのが、現在のそぼろ納豆の原型です。給食では食べやすいように大根を使用しています。



11月 献立予定表



ベビーからーれ
離乳食後期
令和5年11月

日・曜日		昼食		午後おやつ	
		献立名	材料	献立名	材料
1	29	水	5倍がゆ 白身魚と野菜の煮物 わかめのすまし汁	精白米、白身魚、青菜、にんじん、わかめ	スティックパン 食パン
2	16	木	5倍がゆ 豚肉と野菜の煮物 豆腐のスープ	精白米、豚肉、はくさい、にんじん、たまねぎ、豆腐	ヨーグルトケーキ 薄力粉、ベーキングパウダー、ヨーグルト
-	17	金	鶏と野菜の煮込みパスタ ブロッコリーのスープ	スパゲッティ、鶏ひき肉、たまねぎ、にんじん、ピーマン、トマト、ブロッコリー	おこのみやき風 キャベツ、薄力粉、あおのり
4	18	土	5倍がゆ しらすと野菜の煮物 ポテトスープ	精白米、しらす、たまねぎ、にんじん、はくさい、じゃがいも	むしパン 薄力粉、ベーキングパウダー、牛乳
6	20	月	5倍がゆ 鶏と野菜の煮物 豆腐のみそ汁	精白米、鶏ひき肉、にんじん、たまねぎ、じゃがいも、豆腐、わかめ	ケーキサレ 薄力粉、ベーキングパウダー、牛乳、コーン
7	21	火	さつまいもの5倍がゆ 豆腐と野菜の煮物 すまし汁	精白米、さつまいも、鶏ひき肉、豆腐、たまねぎ、にんじん、だいこん、青菜	にんじんスティック にんじん
8	22	水	5倍がゆ 白身魚と野菜の煮物 じゃがいもとわかめのスープ	精白米、白身魚、キャベツ、にんじん、じゃがいも、わかめ	オートミールがゆ オートミール、牛乳、きなこ
9	30	木	食パン 豆腐と野菜のトマト煮 キャベツのスープ	食パン、ささみ、ブロッコリー、黄ピーマン、トマト、キャベツ、にんじん	おかかの5倍がゆ 精白米、かつお節
10	-	金	5倍がゆ 豆腐と野菜の煮物 わかめスープ	精白米、豆腐、もやし、キャベツ、にんじん、わかめ、青菜	みかん みかん
11	25	土	豚と野菜の煮込みうどん だいこんのみそ汁	うどん、豚肉、にんじん、キャベツ、もやし、だいこん	しらすがゆ 精白米、しらす
13	27	月	5倍がゆ 豚と野菜の煮込み ほうれん草のスープ	精白米、豚肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、ほうれん草	むしパン 薄力粉、ベーキングパウダー、牛乳
14	28	火	食パン 鶏と野菜のミルク煮 ブロッコリーのスープ	食パン、ささみ、たまねぎ、さつまいも、牛乳、ブロッコリー、にんじん	おかかの5倍がゆ 精白米、かつお節
15	-	水	5倍がゆ ひきわり納豆 豚と野菜の煮物 もやしのみそ汁	精白米、ひきわり納豆、豚肉、たまねぎ、だいこん、もやし、青菜	スイートポテト さつまいも、牛乳、黒ゴマ
 おたのしみかい おたんじょうびかい 24日(金)			5倍がゆ 鶏と野菜の煮物 フルーツ	精白米、鶏ひき肉、たまねぎ、にんじん、キャベツ、じゃがいも、バナナ	リンゴのコンポート風 りんご

午前の赤ちゃん用おやつについて
月齢や、個々の成長に応じたもの（ポーロ、おせんべいなど）を提供します。（生活リズムにより提供しないこともあります）



※都合により献立を変更することがございます。



たまごアレルギー対応表

令和5年11月

☆ベビーから一れにおけるアレルギー食品(鶏卵)の主な変更対応は、以下の通りです☆

対応番号	対応が必要な食材・献立	対応内容
①	午前おやつ	毎日提供する午前おやつは、お菓子のパッケージに卵が使われていないかを確認し、提供いたします。
②	午後おやつ(手作り)	卵を使わずに作り、提供いたします。
③	パン・食パン・パン粉	当園の給食では、卵除去のパン/パン粉を仕入れることにしています。仕入れの状況によっては、米粉パンも使用していますが、その際には別途対応を記載いたします。
④	マヨネーズ	手作りのフレンチドレッシングを使って調味します。
⑤	ハム・ベーコン・ウインナー・かまぼこ	ツナ、卵不使用のちくわを使用します。
⑥	卵料理	豆腐やお肉やお魚を使った献立に変更します。
⑦	揚げ物のつなぎ	水溶性小麦粉で調理します。

日	曜	午前おやつ 対応	昼食			午後おやつ		
			主食の対応	おかず	対応	献立名	対応	
1	29	水	①				きなこサンド	③
2	16	木	①					
-	17	金	①		さつまいものマヨネーズあえ	④		
4	18	土	①		ほうれんそうサラダ	④		
6	20	月	①		ひじきサラダ	④		
7	21	火	①					
8	22	水	①					
9	30	木	①	③	ポテトサラダ	④		
10	-	金	①					
11	25	土	①					
13	27	月	①					
14	28	火	①	③				
15	-	水	①					
-	24	金	①		チキンナゲット/ミネストローネ	③/⑤		

※都合により献立を変更することがございますが、ご了承ください。