11月の献立

令和８年度武豊町立保育園

日付	献立名（☆サンプル展示★手作りおやつ）		食材名		
	昼食	○朝おやつ◎昼おやつ●延長おやつ	赤：血や肉や骨になるもの	緑：体の調子を整えるもの	黄：エネルギーになるもの
2 月	わかめごはん ごま和え 豚汁	○お豆腐屋さんのビスケット ◎☆★りんごとさつまいもの重ね煮/牛乳 ●ポテトチップス/きな粉ウエハース	豚肉、豆腐、牛乳	もやし、キャベツ、だいこん、にんじん、長ねぎ、えのきたけ、ごぼう、だし昆布、りんご	うるち米、油揚げ、すりごま、三温糖、さといも、さつまいも、バター、上白糖
4 水	ごはん エビフライ キャベツ 春雨スープ	○おこめせん ◎ぼたぼた焼き ●ハーベストセサミ	エビフライ	キャベツ、わかめ、えのきたけ、ぶなしめじ、にんじん	うるち米、揚げ油、はるさめ
5 木	ごはん みそ煮込みおでん おかか和え	○菓子 ◎まがりせんべい/フルーツラムネ ●まあるいクラッカー/味しらべ	鶏もも肉、厚揚げ、ちくわ、はんぺん、かつお節	だし昆布、だいこん、にんじん、きゅうり、もやし、キャベツ	うるち米、三温糖、さといも、つきこんにゃく
6 金	カレーピラフ 豆乳のクリームスープ どうぶつえんゼリー	○ふわふわチップじゃがいも ◎こつぶボテコ ●さやえんどう塩味	鶏もも肉、豆乳、液体ミルク	たまねぎ、にんじん、青ピーマン、ぶなしめじ	うるち米、バター、じゃがいも、かたくり粉
7 土	ランチパック(いちご・ツナマヨ) ソーセージ ヨーグルト 牛乳ブリック	◎ベジたべる ●ミニミレービスケット	ソーセージ、ヨーグルト、牛乳ブリック		ランチパックいちご、ランチパックツナマヨ
9 月	ごはん カレー肉じゃが 柿と大根のサラダ	○きなこもち ◎ばりんこ/かぼちゃと米粉のロールクッキー ●マリー	豚肉	たまねぎ、にんじん、柿、きゅうり、だいこん	うるち米、じゃがいも、糸こんにゃく、サラダ油、三温糖、マヨネーズ
10 火	フランスパン マヨコーンサラダ むらくもスープ	○カリボテスナック ◎かっぱえびせん ●ロアンヌ/サラダおかき	ツナ缶、豚ひき肉、卵	コーン缶、キャベツ、きゅうり、たまねぎ、にんじん	フランスパン、マヨネーズ、じゃがいも、スパゲッティ、サラダ油、かたくり粉
11 水	ごはん まぐろのケチャップ和え キャベツ わかめスープ	○ふわふわチップ人参 ◎コアコアいちご/ミニハート ●ビスコ/ハッピーターン	キハダマグロ、豆腐、コアコアいちご	キャベツ、カットわかめ、にんじん、長ねぎ、えのきたけ	うるち米、かたくり粉、揚げ油、三温糖、いりごま
12 木	ハヤシライス 野菜サラダ ヤクルト（マスカット）	○ほしいも ◎★人参ケーキ/牛乳 ●しるこサンド/ほしのおせんべい	豚肉、豆乳、牛乳	にんじん、ぶなしめじ、たまねぎ、カットトマト、キャベツ、コーン缶、きゅうり	うるち米、三温糖、サラダ油、薄力粉、上白糖
13 金	赤飯 鮭の塩焼き 小松菜のごまあえ 吸い物	○さくさくぼーろかぼちゃ ◎スイートポテト ●ムーンライト	あずき、鮭の塩焼き、油揚げ	はくさい、こまつな、にんじん、だし昆布、カットわかめ、ぶなしめじ	もち米、うるち米、三温糖、すりごま、花麸
14 土	おにぎり(鮭・昆布) ソーセージ ヨーグルト	◎アンパンマン揚げせんべい ●まあるいクラッカーミニ	ソーセージ、ヨーグルト		おにぎり　鮭、おにぎり　昆布
16 月	ふりかけごはん さつま汁 ごぼうサラダ	○紫芋せんべい ◎スティックパン/牛乳 ●豆乳クッキー/畑のスナック	豆腐、牛乳	だし昆布、だいこん、長ねぎ、ごぼう、コーン缶、きゅうり	うるち米、油揚げ、さつまいも、すりごま、三温糖、マヨネーズ、スティックパンカスタード
17 火	黒パン しょうゆラーメン ひじきのサラダ	○ミルクスティック ◎★フルーツヨーグルト ●ほしたべよ/クッピーラムネ	鶏もも肉、ツナ缶、プレーンヨーグルト	もやし、長ねぎ、コーン缶、干しひじき、きゅうり、キャベツ、にんじん、パイナップル	黒パン、中華めん、いりごま、三温糖、上白糖
18 水	米粉パン シーフードクリームシチュー パイナップルサラダ	○動物ビスケット ◎源氏パイ/ アンパンマン完熟りんごジュース ●アンパンマンぶくっとコーン	むきえび、いか、牛乳、液体ミルク	たまねぎ、にんじん、ぶなしめじ、ほうれんそう、キャベツ、きゅうり、パイナップル	米粉パン、じゃがいも、サラダ油、バター、薄力粉、マカロニ、三温糖
19 木	☆ごはん 煮込みハンバーグ コールスロー	○小丸純せんべい ◎アンパンマンキャラメルコーン ●ルヴァンプライムチーズサンド/ 牛乳かりんとう	豚ひき肉、卵、牛乳	たまねぎ、ぶなしめじ、キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン缶	うるち米、パン粉、揚げ油、バター、三温糖、マヨネーズ
20 金	ごはん すき焼き風煮込み ドレッシングサラダ	○菓子 ◎★りんご入り蒸しカステラ/ まめぴよココア味 ●チョイス/あげまる	牛肉、焼き豆腐、ちくわ、卵、牛乳	長ねぎ、はくさい、えのきたけ、キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン缶、りんご	うるち米、糸こんにゃく、三温糖、サラダ油、薄力粉、バター、上白糖
21 土	ランチパック(いちご・ハムマヨ) ソーセージ ヨーグルト 牛乳ブリック	◎さやえんどう塩味ミニ ●コンソメコーン	ソーセージ、ヨーグルト、牛乳ブリック		ランチパックいちご、ランチパックハムマヨ
24 火	なめたけとツナ 切り干し大根のサラダ 麸とわかめの吸い物	○カルシウムウエハース ◎おにぎりせんべい/フルーツラムネ ●カリボテスナック/ミレービスケット	ツナ缶	なめたけ、グリンピース、切干しだいこん、にんじん、きゅうり、だし昆布、カットわかめ	うるち米、三温糖、花麸、そうめん
25 水	米粉パン 冬野菜のポトフ マカロニサラダ	○ふ菓子 ◎肉まん/牛乳 ●ねじりん棒カレー味/ベアビスケット	ショルダーベーコン、ロースハム、牛乳	ブロッコリー、キャベツ、かぶ、たまねぎ、にんじん、きゅうり	米粉パン、じゃがいも、三温糖、マカロニ、マヨネーズ
26 木	ごはん カレーシチュー 玉ねぎドレッシングサラダ	○アンパンマンソフトせんべい ◎たべっこどうぶつバター/ まめぴよいちご味 ●ハーベストバター	豚肉、液体ミルク	にんじん、たまねぎ、ぶなしめじ、もやし、きゅうり	うるち米、じゃがいも、マカロニ、サラダ油、バター、薄力粉、三温糖、ごま油
27 金	五目うどん 小松菜のごまあえ ソフトクリームヨーグルトバニラ	○おからスナックかぼちゃ味 ◎（乳）豆乳ドーナツ（幼）きらずあげ塩/ アンパンマンぶどうとりんごジュース ●ホームパイ/味しらべ	油揚げ、鶏もも肉、かつお節	長ねぎ、にんじん、干ししいたけ、こまつな、もやし、はくさい	うどん、三温糖、すりごま
28 土	おにぎり(鮭・かつお) ソーセージ ヨーグルト	◎アンパンマンふんわりコーン ●玄米ぼんせん醤油味	ソーセージ、ヨーグルト		おにぎり　鮭、おにぎり　鰹
30 月	☆ごはん 鶏肉のつみれ団子汁 きゅうりとみかんの酢の物	○豆乳クッキー ◎クリームラスク/クッピーラムネ ●まがりせんべい	鶏ひき肉	たまねぎ、しょうが、にんじん、干ししいたけ、カットわかめ、きゅうり	うるち米、かたくり粉、マヨネーズ、三温糖

＊　物価高騰に伴い材料が値上がりしていますが、現在値上がり分は武豊町で支援しています

＊　材料の入荷により献立を変更することがあります

＊　＊…年長のみ／（乳）…乳児／（幼）…幼児

＊10月1日（木）に使用した食材の産地（献立：ごはん/鶏肉のごまみそソース/けんちん汁）

食材	鶏ささみ	きゅうり	だいこん	にんじん	ごぼう
産地	国産	長野	青森	北海道	青森

食育だより



令和8年度武豊町立保育園　No. 8

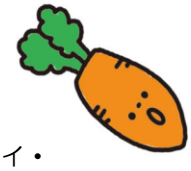


子どもの成長を祝う七五三



11月15日の七五三は、七歳・五歳・三歳の子どもの成長を祝う日本の年中行事です。
これまで無事に成長したことを感謝し、今後も健やかであるようにお参りします。千歳飴の千歳は千年という意味で、子どもの健康と成長を願い「長く伸びる」という意味と、延命長寿を願う意味も込められています。縁起のよい紅白となっており、袋にも鶴亀や松竹梅など縁起のよい図案が描かれています。

うれしい効能　たっぷりの冬野菜



冬野菜といえばダイコン・ハクサイ・ネギ・ホウレンソウ・シュンギクなど、どの野菜にも体に必要な栄養素がいっぱいです。体をあたためたり、風邪の予防や症状を和らげるなど、うれしい作用がたくさんあります。冬の野菜をたっぷり食べましょう。



・ハクサイ…淡泊でほかの材料との調和が良く、鍋にはなくてはならない野菜
・ホウレンソウ…鉄分が豊富
・ダイコン…冬に甘味を増し、消化酵素で胃腸の働きを整える











11月のメニュー

りんごとさつまいもの重ね煮

≪　材料　4人分　≫

- りんご　2/3個（200ｇ）
- さつまいも　1/2本（120ｇ）
- バター　12ｇ（大さじ1）
- 上白糖　大さじ1

≪　作り方　≫

① りんごはくし型の薄切りにし、塩水につける
② さつまいもは薄い輪切り
③ フライパンに①と②を交互に重ねる
④ ③にかぶるくらいの水、バター、上白糖を入れてやわらかくなるまで煮る

11/2（月）

保育園定番おやつです！

