給　食　献　立　表

離乳食

令和8年11月

ベビーエンゼル八千代中央保育園

日付	献立				食　材
	主食	おかず	汁・果汁等	おやつ	
11月2日	おかゆ	れんこんハンバーグ・ほうれん草と白菜のサラダ	味噌汁	赤ちゃんビスケット	米、鶏ひき肉、玉ねぎ、れんこん、パン粉、片栗粉、ほうれん草、白菜、しらす、かつお節、胡麻、切り干し大根、豆腐、味噌。赤ちゃんビスケット
11月4日	おかゆ	タラのパン粉焼き・五目豆	味噌汁	ベビーダノン	米、タラ、パン粉、大豆、人参、ごぼう、れんこん、しいたけ、昆布、さつま芋、ねぎ、味噌、かつお粉、ベビーダノン
11月5日	わかめ粥	ささみとブロッコリーのおかか煮	バナナ	パン	米、わかめ、胡麻、鶏ささみ、ブロッコリー、人参、かつお節、バナナ、パン
11月6日	おかゆ	ささみとパプリカの煮物・三色和え	味噌汁	粉ふき芋	米、鶏ささみ、パプリカ、玉ねぎ、ほうれん草、もやし、人参、胡麻、茄子、ふ、味噌、かつお粉、じゃが芋
11月9日	そぼろ粥	さつま芋サラダ	味噌汁	ミートマカロニ	米、鶏ひき肉、玉ねぎ、人参、海苔、さつまいも、生揚げ、白菜、味噌、かつお粉、マカロニ、鶏ひき肉、ケチャップ、パセリ
11月10日	おかゆ	麻婆春雨。ブロッコリーの納豆和え	無のスープ	プルーン蒸しパン	米、春雨、鶏にき肉、人参、ねぎ、味噌、ブロッコリー、納豆、かぶ、蒸しパンミックス、プルーン
11月11日	おかゆ	カジキの煮付け・豆まめサラダ	味噌汁	コーンフレーク	米、めかじき、大豆、枝豆、とうもろこし、人参、キャベツ、玉ねぎ、味噌、かつお粉、コーンフレーク、粉ミルク
11月12日	トマトスパゲティ	温野菜	バナナ	水ようかん	スパゲティ、鶏ささみ、人参、キャベツ、玉ねぎ、ピーマン、ケチャップ、じゃが芋、ブロッコリー、バナナ、小豆、寒天
11月13日	おかゆ	鶏と根菜の煮物・ほうれん草の胡麻和え	味噌汁	南瓜のホットケーキ	米、鶏ひき肉、人参、ごぼう、昆布、ほうれん草、胡麻、かぶ、しめじ、味噌、かつお粉、ホットケーキミックス、南瓜
11月16日	おかゆ	チキンビーンズ・白菜とツナの胡麻和え	味噌汁	胡麻蒸しパン	米、鶏ひき肉、大豆、人参、玉ねぎ、茄子、ケチャップ、白菜、胡麻、ツナ、さつま芋、ごぼう、味噌、かつお粉、蒸しパンミックス
11月17日	おかゆ	チンジャオロース・野菜の浅漬け	味噌汁	蒸かし芋	米、鶏ささみ、パプリカ、ピーマン、玉ねぎ、キャベツ、人参、きゅうり、かぶ、胡麻、わかめ、味噌、かつお粉、さつま芋
11月18日	おかゆ	鮭の西京焼き・きりこぶの煮付け	澄まし汁	パン	米、鮭、味噌、昆布、生揚げ、人参、しいたけ、わかめ、胡麻、かつお粉、片栗粉、パン
11月19日	おかゆ	ひじきハンバーグ・春雨の和え物	味噌汁	赤ちゃんビスケット	米、鶏ささみ、玉ねぎ、人参、ひじき、パン粉、ケチャップ、春雨、きゅうり、もやし、胡麻、大根、油揚げ、味噌、かつお粉、赤ちゃんビスケット
11月20日	煮込みうどん	じゃが芋ソテー	りんご	赤ちゃんせんべい	うどん、鶏ささみ、もやし、玉ねぎ、人参、ねぎ、りんご、赤ちゃんせんべい
11月24日	おかゆ	メンチ風ハンバーグ	味噌汁	きな粉バナナ	米、鶏ひき肉、玉ねぎ、キャベツ、パン粉、小松菜、もやし、トマト、人参、きゅうり、コーンフレーク、南瓜、しめじ、味噌、かつお粉、バナナ、きな粉
11月25日	おかゆ	鰆の照り焼き・筑前煮	味噌汁	赤ちゃんビスケット	米、鰆、人参、ごぼう、れんこん、しいたけ、さやえんどう、豆腐、なめこ、ねぎ、味噌、かつお粉、赤ちゃんビスケット
11月26日	野菜粥	ツナサラダ	みかん	りんご寒天	米、鶏ささみ、ごぼう、れんこん、大根、人参、玉ねぎ、ツナ、キャベツ、きゅうり、トマト、昆布、みかん、りんご果汁、もも、寒天
11月27日	おかゆ	豆腐と野菜の煮物・小松菜のしらす和え	味噌汁	小豆ホットケーキ	米、鶏ひき肉、豆腐、白菜、人参、小松菜、しらす、油揚げ、もやし、わかめ、味噌、かつお粉、ホットケーキミックス、小豆
11月30日	ツナとトマトのスパゲテ	ポテトサラダ	みかん	赤ちゃんせんべい	スパゲティ、ツナ、トマト、玉ねぎ、ねぎ、ケチャップ、じゃが芋、枝豆、とうもろこし、人参、みかん、赤ちゃんせんべい

給食をはじめて取り入れる保護者の方へ。
エンゼルでは、「食」を家庭ベースに考え、3回食が始まる頃より保育園でも「昼」を離乳食として取り入れて行きます。初めて、園の食事をとり始める方は、必ず献立メニューを見て「食べたことが無い食材は無いかどうか？」を確認してください。又、献立は前月末に保護者の方の手元に届きますので、初めての食材については事前にご家庭でも挑戦してみるようにお願い致します。食べたことが無い食材や、アレルギーの恐れのある食材等、又、家庭での離乳食の進め方等気軽に担任へご相談ください。



給　食　献　立　表

普通食



令和8年11月

ベビーエンゼル八千代中央保育園

日付	献立	おやつ	熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量
11月2日	麦ごはん れんこんハンバーグ ほうれん草と白菜のサラダ 味噌汁	きな粉クッキー 牛乳 いりこ	米、麦、パン粉、砂糖、片栗粉、ごま油、薄力粉	豚ひき肉、鶏卵、しらす、かつお節、胡麻、切り干し大根、豆腐、味噌、きな粉、バター、牛乳、いりこ	玉ねぎ、れんこん、ほうれん草、白菜	500	20.8	17.5	1.4
11月4日	麦ごはん タラのマヨカレー焼き 五目豆 味噌汁	プリン いりこ	米、麦、カレー粉、パン粉、砂糖、プリン	タラ、マヨネーズ、刻み昆布、大豆、味噌、かつお節、いりこ	パセリ、人参、ごぼう、れんこん、しいたけ、さつまいも、ねぎ	380	18.4	9.7	1.2
11月5日	わかめご飯 鶏の照り焼き ブロッコリーと人参のおかか和え バナナ	しらすトースト 牛乳 いりこ	米、麦、食パン	わかめ、胡麻、鶏もも肉、かつお節、しらす、青海苔、マヨネーズ、チーズ、牛乳、いりこ	ブロッコリー、人参。バナナ	483	19.8	17.5	1.8
11月6日	麦ごはん 豚のしょうが焼き 三色ナムル 味噌汁	ツナコーン芋もち 牛乳 いりこ	米、麦、サラダ油、砂糖、酢、ごま油、じゃがいも、片栗粉	豚もも肉、胡麻、ふ、味噌、かつお節、ツナ、牛乳、いりこ	パプリカ、玉ねぎ、しょうが、ほうれん草、もやし、人参、なす、とうもろこし	443	19.4	11.8	1.3
11月9日	豚玉天丼 薩摩カレーサラダ 味噌汁	ミートマカロニ いりこ	米、麦、カレー粉、サラダ油、ケチャップ。コンソメ、マカロニ	豚ひき肉、鶏卵、揚げ玉、のり、ベーコン、マヨネーズ、ヨーグルト、生揚げ、味噌、かつお節、鶏ひき肉、いりこ	玉ねぎ、人参、さつまいも、人参、白菜、玉ねぎ、パセリ	451	16.4	15.8	1.7
11月10日	麦ごはん 麻婆春雨 ブロッコリーの納豆和え ベーコンとかぶのスープ	プルーン蒸しパン 牛乳 いりこ	米、麦、春雨、ごま油、コンソメ、蒸しパンミックス	豚ひき肉、味噌、納豆、ベーコン、牛乳、いりこ	にんにく、しょうが、人参、たけのこ、ねぎ、ブロッコリー、かぶ、人参、プルーン	355	15.1	11.5	1.1
11月11日	麦ごはん アジの蒲焼 豆まめサラダ 味噌汁	コーンフレークケーキ いりこ	米、麦、片栗粉、サラダ油、砂糖、コーンフレーク、マシュマロ	あじ、大豆、ソーセージ、マヨネーズ、味噌、かつお節、バター、いりこ	枝豆、とうもろこし、人参、キャベツ、玉ねぎ、	410	14.8	12.9	1.4
11月12日	焼きスパゲティ 野菜のチーズ焼き バナナ	水羊羹 牛乳 いりこ	スパゲティ、ケチャップ、じゃがいも、寒天	豚もも肉、胡麻、ふ、味噌、かつお節、ツナ、牛乳、いりこ、チーズ、小豆、牛乳、いりこ	人参、キャベツ、玉ねぎ、ピーマン、ブロッコリー、人参、バナナ	407	19.8	9.5	0.9
11月13日	麦ごはん 炒り鶏と根菜の煮物 ほうれん草の胡麻和え 味噌汁	南瓜ドーナツ 牛乳 いりこ	米、麦、砂糖、めんつゆ、ホットケーキミックス	鶏もも肉、刻み昆布、胡麻、味噌、かつお節、牛乳、いりこ	人参、ごぼう、れんこん、ほうれん草、人参、かぶ、しめじ、南瓜	460	14.8	13.7	1.4
11月16日	麦ごはん ポークビーンズ 白菜とツナの胡麻和え 味噌汁	胡麻蒸しパン 牛乳 いりこ	米、麦、大豆、サラダ油、めんつゆ、コンソメ、ケチャップ、砂糖、蒸しパンミックス	豚ひき肉、胡麻、ツナ、味噌、かつお節、牛乳、いりこ	人参、玉ねぎ、なす、白菜、さつまいも、ごぼう	359	14.4	11.1	1.3
11月17日	麦ごはん チンジャオロース 野菜の浅漬け 味噌汁	スイートポテト いりこ	米、麦、サラダ油、砂糖、片栗粉、、ごま油、めんつゆ	豚もも肉、わかめ、味噌、かつお節、バター、胡麻、いりこ	たけのこ、パプリカ、ピーマン、玉ねぎ、キャベツ、人参、きゅうり、かぶ、さといも、さつまいも	422	15.6	10.1	1.0
11月18日	麦ごはん 鮭の西京焼き きりこぶの煮付け 澄まし汁	ココア揚げパン 牛乳 いりこ	米、麦、砂糖、コッペパン、ココア、サラダ油、片栗粉、	鮭、味噌、刻み昆布、生揚げ、わかめ、鶏卵、胡麻、かつお節、牛乳、いりこ	人参、しいたけ	430	20.0	12.2	2.1
11月19日	麦ごはん ひじきハンバーグ 春雨ナムル 味噌汁	杏スコーン 牛乳 いりこ	米、麦、パン粉、ケチャップ、砂糖、ごま油、薄力粉、ベーキングパウダー、あんずジャム	豚ひき肉、ひじき、胡麻、牛乳、はるさめ、油揚げ、味噌、かつお節、バター、牛乳、いりこ	玉ねぎ、人参、きゅうり、人参、もやし、大根	478	16.9	15.2	1.5
11月20日	カレーうどん ジャーマンポテト りんご	みそ焼きおにぎり いりこ	うどん、カレールウ、じゃがいも、米、麦、砂糖	豚もも肉、ベーコン、味噌、胡麻、いりこ	もやし、玉ねぎ、人参、ねぎ、玉ねぎ、りんご	440	15.3	10.2	1.8
11月24日	麦ごはん メンチ風ハンバーグ ばりばりサラダ 味噌汁	きな粉バナナ 牛乳 いりこ	米、麦、パン粉、サラダ油、コーンフレーク、砂糖	豚ひき肉、鶏卵、味噌、かつお節、きな粉、牛乳、いりこ	玉ねぎ、キャベツ、小松菜、もやし、トマト、人参、きゅうり、南瓜、しめじ、バナナ	419	15.6	10.8	0.7
11月25日	麦ごはん 鰆の照り焼き 筑前煮 味噌汁	ココアクッキー 牛乳 いりこ	米、麦、サラダ油、砂糖、薄力粉、ココア、アーモンドスライス	さわら、豆腐、味噌、かつお節、バター、鶏卵、牛乳、いりこ	人参、ごぼう、れんこん、しいたけ、さやえんどう、なめこ、万能ねぎ	457	18.9	15.0	1.4
11月26日	カレーライス ツナ入り野菜サラダ みかん	りんご寒天 いりこ	米、麦、カレールウ、砂糖、寒天	豚もも肉、ツナ、刻み昆布、マヨネーズ、いりこ	ごぼう、れんこん、大根、人参、玉ねぎ、キャベツ、きゅうり、トマト、みかん、りんご果汁、もも	340	10.2	8.0	1.1
11月27日	麦ごはん すき焼き風煮 小松菜のしらす和え 味噌汁	小豆ホットケーキ 牛乳 いりこ	※、麦、サラダ油、砂糖、めんつゆ、ホットケーキミックス	豚もも肉、豆腐、しらたき、しらす、油揚げ、わかめ、味噌、かつお節、牛乳、小豆、いりこ	白菜、人参、小松菜、もやし	454	18.0	13.3	1.7
11月30日	ツナとトマトのスパゲティ ポテトサラダ みかん	五目おにぎり いりこ	スパゲティ、ケチャップ、コンソメ、じゃがいも、米	ツナ、マヨネーズ、鶏ひき肉、油あげ、いりこ	トマト、玉ねぎ、万能ねぎ、にんにく、枝豆、とうもろこし、人参、みかん、しいたけ、みつば	410	15.8	7.0	1.1



