



給食献立表

普通食



令和7年11月

エンゼルステーション保育園

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4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、ごま油、小麦粉、きな粉、ベーキングパウダー、バター	豚肉、鶏卵、しらす、鰹節、わかめ、味噌、牛乳、いりこ	玉ねぎ、蓮根、ほうれん草、白菜、舞茸	613	26.0	21.3	1.9
11月5日	麦ごはん 鰻の蒲焼 五目豆 味噌汁	プリン いりこ	米、麦、片栗粉、油、砂糖、大豆、バニラエッセンス、バター	豚肉、昆布、味噌、鰹節、鶏卵、いりこ	人参、ごぼう、蓮根、椎茸、キャベツ、玉ねぎ	473	22.7	13.9	1.8
11月6日	麦ごはん 鶏肉のマーマレード焼き ひじきサラダ 味噌汁	芋ようかん 牛乳 いりこ	米、麦、マーマレード、大豆、マヨネーズ、ふ、さつまいも、砂糖	鶏肉、ひじき、ツナ、味噌、鰹節、寒天、牛乳、いりこ	ニンニク、生姜、とうもろこし、胡瓜、茄子	586	22.4	20.4	1.4
11月7日	焼うどん ジャーマンポテト バナナ	みそ焼きおにぎり いりこ	うどん、油、じゃが芋、米、砂糖、ごま	豚肉、鰹節、ベーコン、味噌、いりこ	人参、キャベツ、もやし、人参、玉ねぎ、バナナ	526	16.5	9.6	1.5
11月10日	麦ごはん 肉豆腐 小松菜のしらす和え 中華スープ	胡麻蒸しパン 牛乳 いりこ	米、麦、しらたき、砂糖、ごま油、蒸しパンミックス、ごま	豆腐、豚肉、しらす、油揚げ、わかめ、牛乳、いりこ	玉ねぎ、人参、グリーンピース、小松菜、もやし、椎茸	421	21.0	13.6	1.3
11月11日	豚卵天丼 じゃがいものきんぴら 味噌汁	ココアスコーン 牛乳 いりこ	米、麦、揚げ玉、じゃがいも、ごま油、油、小麦粉、ベーキングパウダー、ココア、砂糖、バター	豚肉、鶏卵、海苔、味噌、鰹節、牛乳、いりこ	玉ねぎ、人参、さやいんげん、ほうれん草、しめじ	561	19.6	17.1	1.8
11月12日	麦ごはん 鰻の西京焼き きりこぶの煮付け 海苔汁	ピザトースト 牛乳 いりこ	米、麦、砂糖、里芋、食パン	さわら、味噌、昆布、生揚げ、鶏肉、鰹節、ウインナー、チーズ、牛乳、いりこ	人参、椎茸、玉ねぎ、ピーマン	584	28.9	19.5	3.3
11月13日	麦ごはん しょうが焼き ブロッコリーと人参のおかか和え 味噌汁	焼きそば いりこ	米、麦、油、中華麺	豚肉、鰹節、味噌、鶏ひき肉、いりこ	パプリカ、玉ねぎ、生姜、ブロッコリー、人参、椎茸、大根、キャベツ	558	24.8	16.9	2.0
11月14日	ツナとトマトのスパゲティ 野菜のチーズ焼き バナナ	りんご寒天 いりこ	スパゲティ、じゃがいも、砂糖	ツナ、チーズ、寒天、いりこ	トマト、玉ねぎ、ねぎ、にんにく、ブロッコリー、人参、バナナ、りんご果汁、もも	428	18.6	5.6	1.5
11月17日	カレーライス ツナ入り野菜サラダ みかん	あん蒸しパン いりこ	米、麦、カレーパウダー、マヨネーズ、蒸しパンミックス、小豆	鶏ひき肉、ツナ、昆布、いりこ	ごぼう、蓮根、大根、人参、玉ねぎ、胡瓜、キャベツ、トマト、みかん	383	13.2	10.4	2.0
11月18日	麦ごはん 豆腐とツナのハンバーグ ブロッコリーのオーロラ和え 味噌汁	さつまいもトリュフ 牛乳 いりこ	米、麦、パン粉、砂糖、片栗粉、マヨネーズ、さつまいも、バター、ココア	豆腐、ツナ、鶏卵、味噌、鰹節、牛乳、いりこ	玉ねぎ、ブロッコリー、大根、しめじ	532	18.1	15.0	1.7
11月19日	麦ごはん タラのカーレフライ ポテトサラダ ベーコンとかぶのスープ	マシュマロサンド 牛乳 いりこ	米、麦、小麦粉、カレー粉、油、じゃがいも、マヨネーズ、マリービスケット、マシュマロ	たら、ベーコン、牛乳、いりこ	パセリ、枝豆、とうもろこし、人参、かぶ	497	19.6	16.5	1.3
11月20日	磯うどん 野菜のかき揚げ バナナ	いなりおにぎり いりこ	うどん、砂糖、さつまいも、小麦粉、片栗粉、油、米、ごま	豚肉、わかめ、鰹節、さくらえび、いりこ	玉ねぎ、ねぎ、人参、椎茸、三つ葉、バナナ	556	18.2	14.1	2.2
11月21日	麦ごはん 牛肉と野菜のしぐれ煮 三色和え 味噌汁	胡麻チーズホットケーキ 牛乳 いりこ	米、麦、油、砂糖、ごま、じゃがいも、ホットケーキミックス	牛肉、豆腐、味噌、鰹節、チーズ、いりこ、牛乳	ねぎ、人参、ごぼう、しめじ、小松菜、もやし、玉ねぎ	536	20.6	14.1	2.0
11月25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	スイートパンプキン 牛乳 いりこ	米、麦、砂糖、ごま、バター	鶏肉、昆布、味噌、鰹節、牛乳、いりこ、わかめ	人参、ごぼう、蓮根、ほうれん草、なめこ、カボチャ	502	19.6	12.5	1.5
11月26日	麦ごはん カシキのオーロラソース 野菜の胡麻酢和え 味噌汁	ココア揚げパン 牛乳 いりこ	米、麦、マヨネーズ、ごま、砂糖、ココアパン、ココア、油	めかじき、生揚げ、味噌、鰹節、牛乳、いりこ	人参、玉ねぎ、ピーマン、キャベツ、胡瓜、白菜	589	24.2	21.1	1.5
11月27日	ジャージャー麺 ばりばりサラダ バナナ	ツナコーン芋もち いりこ	中華麺、ごま油、砂糖、片栗粉、コーンフレーク、じゃがいも	豚肉、味噌、ツナ、いりこ	とうもろこし、人参、ねぎ、生姜、小松菜、もやし、トマト、胡瓜、バナナ	419	15.9	8.4	2.0
11月28日	麦ごはん 鶏肉のパン粉焼き 小松菜のソテー 味噌汁	りんごケーキ 牛乳 いりこ	米、麦、マヨネーズ、パン粉、さつまいも、ホットケーキミックス	鶏肉、ベーコン、味噌、鰹節、ヨーグルト、牛乳、いりこ	パセリ、小松菜、人参、とうもろこし、ごぼう、りんご、レーズン	558	20.4	15.9	2.6

※この献立は材料の入荷の都合により変更になることがあります。
※○で書かれたメニューはO、1才児クラスのメニューとなります。



給食献立表

卵除去食



令和7年11月

エンゼルステーション保育園

日付	献立	おやつ	熱やかになるもの	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4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、こま、ごま油、小麦粉、きな粉、ベーキングパウダー、バター	豚肉、しらす、鰾節、わかめ、味噌、牛乳、いりこ	玉ねぎ、蓮根、ほうれん草、白菜、舞茸	613	26.0	21.3	1.9
11月5日	麦ごはん 鯉の蒲焼 五目豆 味噌汁	ゼリー いりこ	米、麦、片栗粉、油、砂糖、大豆	鯉、昆布、味噌、鰾粉、鶏卵、いりこ	人参、ごぼう、蓮根、椎茸、キャベツ、玉ねぎ	473	22.7	13.9	1.8
11月6日	麦ごはん 鶏肉のマーマレード焼き ひじきサラダ 味噌汁	芋ようかん 牛乳 いりこ	米、麦、マーマレード、大豆、マヨドレ、ふ、さつまいも、砂糖	鶏肉、ひじき、ツナ、味噌、鰾粉、寒天、牛乳、いりこ	ニンニク、生姜、とうもろこし、胡瓜、茄子	586	22.4	20.4	1.4
11月7日	焼うどん ジャーマンポテト バナナ	みそ焼きおにぎり いりこ	うどん、油、じゃが芋、米、砂糖、こま	豚肉、鰾節、ツナ、味噌、いりこ	人参、キャベツ、もやし、人参、玉ねぎ、バナナ	526	16.5	9.6	1.5
11月10日	麦ごはん 肉豆腐 小松菜のしらす和え 中華スープ	胡麻蒸しパン 牛乳 いりこ	米、麦、しらたき、砂糖、ごま油、蒸しパンミックス、こま	豆腐、豚肉、しらす、油揚げ、わかめ、牛乳、いりこ	玉ねぎ、人参、グリーンピース、小松菜、もやし、椎茸	421	21.0	13.6	1.3
11月11日	豚天丼 じゃがいものきんぴら 味噌汁	ココアスコーン 牛乳 いりこ	米、麦、揚げ玉、じゃがいも、ごま油、油、小麦粉、ベーキングパウダー、ココア、砂糖、バター	豚肉、海苔、味噌、鰾粉、牛乳、いりこ	玉ねぎ、人参、さやいんげん、ほうれん草、しめじ	561	19.6	17.1	1.8
11月12日	麦ごはん 鰯の西京焼き きりこぶの煮付け 味噌汁	ビスタースト 牛乳 いりこ	米、麦、砂糖、里芋、食パン	さくら、味噌、昆布、生揚げ、鶏肉、鰾粉、ツナ、チーズ、牛乳、いりこ	人参、椎茸、玉ねぎ、ピーマン	584	28.9	19.5	3.3
11月13日	麦ごはん 豚のしょうが焼き ブロッコリーと人参のおか和え 味噌汁	焼きそば いりこ	米、麦、油、中華麺	豚肉、鰾節、味噌、鶏ひき肉、いりこ	パプリカ、玉ねぎ、生姜、ブロッコリー、人参、椎茸、大根、キャベツ	558	24.8	16.9	2.0
11月14日	ツナとトマトのスパゲティ 野菜のチーズ焼き バナナ	りんご寒天 いりこ	スパゲティ、じゃがいも、砂糖	ツナ、チーズ、寒天、いりこ	トマト、玉ねぎ、ねぎ、にんにく、ブロッコリー、人参、バナナ、りんご果汁、もも	428	18.6	5.6	1.5
11月17日	カレーライス ツナ入り野菜サラダ みかん	あん蒸しパン いりこ	米、麦、カレーウ、マヨドレ、蒸しパンミックス、小豆	鶏ひき肉、ツナ、昆布、いりこ	ごぼう、蓮根、大根、人参、玉ねぎ、胡瓜、キャベツ、トマト、みかん	383	13.2	10.4	2.0
11月18日	麦ごはん 豆腐とツナのハンバーグ ブロッコリーのオーロラ和え 味噌汁	さつまいもトリュフ 牛乳 いりこ	米、麦、パン粉、砂糖、片栗粉、マヨドレ、さつまいも、バター、ココア	豆腐、ツナ、味噌、鰾粉、牛乳、いりこ	玉ねぎ、ブロッコリー、大根、しめじ	532	18.1	15.0	1.7
11月19日	麦ごはん タラのカレーフライ ポテトサラダ ベーコンとかぶのスープ	マシュマロサンド 牛乳 いりこ	米、麦、小麦粉、カレー粉、油、じゃがいも、マヨドレ、マリービスケット、マシュマロ	たら、ツナ、牛乳、いりこ	パセリ、枝豆、とうもろこし、人参、かぶ	497	19.6	16.5	1.3
11月20日	磯うどん 野菜のかき揚げ バナナ	いなりおにぎり いりこ	うどん、砂糖、さつまいも、小麦粉、片栗粉、油、米、こま	豚肉、わかめ、鰾節、さくらえび、いりこ	玉ねぎ、ねぎ、人参、椎茸、三つ葉、バナナ	556	18.2	14.1	2.2
11月21日	麦ごはん 牛肉と野菜のしぐれ煮 三色和え 味噌汁	胡麻チーズホットケーキ 牛乳 いりこ	米、麦、油、砂糖、こま、じゃがいも、ホットケーキミックス	牛肉、豆腐、味噌、鰾粉、チーズ、いりこ、牛乳	ねぎ、人参、ごぼう、しめじ、小松菜、もやし、玉ねぎ	536	20.6	14.1	2.0
11月25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	スイートパンプキン 牛乳 いりこ	米、麦、砂糖、こま、バター	鶏肉、昆布、味噌、鰾粉、牛乳、いりこ、わかめ	人参、ごぼう、蓮根、ほうれん草、なめこ、カボチャ	502	19.6	12.5	1.5
11月26日	麦ごはん カシキのオーロラソース 野菜の胡麻酢和え 味噌汁	ココア揚げパン 牛乳 いりこ	米、麦、マヨドレ、こま、砂糖、ココパパン、ココア、油	めかじき、生揚げ、味噌、鰾粉、牛乳、いりこ	人参、玉ねぎ、ピーマン、キャベツ、胡瓜、白菜	589	24.2	21.1	1.5
11月27日	ジャージャー麺 ぱりぱりサラダ バナナ	ツナコーン芋もち いりこ	中華麺、ごま油、砂糖、片栗粉、コーンフレーク、じゃがいも	豚肉、味噌、ツナ、いりこ	とうもろこし、人参、ねぎ、生姜、小松菜、もやし、トマト、胡瓜、バナナ	419	15.9	8.4	2.0
11月28日	麦ごはん 鶏肉のパン粉焼き 小松菜のソテー 味噌汁	りんごケーキ 牛乳 いりこ	米、麦、マヨドレ、パン粉、さつまいも、ホットケーキミックス	鶏肉、ツナ、味噌、鰾粉、ヨーグルト、牛乳、いりこ	パセリ、小松菜、人参、とうもろこし、ごぼう、りんご、レーズン	558	20.4	15.9	2.6



※この献立は材料の入荷の都合により変更になることがあります。
 ※ () で書かれたメニューは0、1才児クラスのメニューとなります。





給食献立表

離乳食



令和7年11月

エンゼルステーション保育園

日付	献立				食 材
	主食	おかず	汁・果汁等	おやつ	
11月4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	きな粉ケーキ	米、鶏ひき肉、玉ねぎ、れんこん、パン粉、ほうれん草、白菜、しらす、胡麻、しいたけ、わかめ、ホットケーキミックス、きな粉
11月5日	おかゆ	焼き鮭・五目豆	味噌汁	ベビーダノン	米、鮭、大豆、人参、ごぼう、れんこん、しいたけ、昆布、キャベツ、玉ねぎ、ベビーダノン
11月6日	おかゆ	ささみの煮物・ひじきサラダ	味噌汁	芋ようかん	米、鶏ささみ、ひじき、ツナ、大豆、とうもろこし、きゅうり、茄子、麩、さつま芋、寒天
11月7日	煮込みうどん	じゃがいもソテー	バナナ	赤ちゃんせんべい	うどん、鶏ひき肉、人参、キャベツ、もやし、鰹節、じゃがいも、玉ねぎ、バナナ、赤ちゃんせんべい
11月10日	おかゆ	肉豆腐・小松菜のしらす和え	中華スープ	胡麻蒸しパン	米、豆腐、鶏ささみ、玉ねぎ、グリーンピース、小松菜、しらす、油揚げ、もやし、しいたけ、わかめ、蒸しパンミックス、胡麻
11月11日	そばろ粥	じゃがいものきんぴら	味噌汁	赤ちゃんビスケット	米、鶏ひき肉、玉ねぎ、人参、海苔、じゃがいも、さいいんげん、ほうれん草、しめじ、赤ちゃんビスケット
11月12日	おかゆ	鯖の西京焼き・切り昆布の煮付	澄まし汁	パン	米、鯖、昆布、生揚げ、人参、しいたけ、里芋、鶏むね肉、玉ねぎ、食パン
11月13日	おかゆ	ささみとパプリカの煮物 ブロッコリーと人参のおかか和え	味噌汁	赤ちゃんせんべい	米、鶏ささみ、パプリカ、玉ねぎ、ブロッコリー、人参、鰹節、大根、えのきたけ、赤ちゃんせんべい
11月14日	ツナとトマトの スパゲティ	野菜のチーズ焼き	バナナ	りんご寒天	スパゲティ、ツナ、トマト、玉ねぎ、万能ねぎ、ケチャップ、じゃが芋、ブロッコリー、人参、チーズ、バナナ、りんご果汁、寒天、桃
11月17日	野菜粥	ツナサラダ	みかん	あん蒸しパン	米、鶏ひき肉、ごぼう、れんこん、大根、人参、玉ねぎ、ツナ、キャベツ、胡瓜、トマト、昆布、みかん、蒸しパンミックス、こしあん
11月18日	おかゆ	豆腐とツナのハンバーグ・ブロッコリー	味噌汁	蒸かし芋	米、豆腐、ツナ、玉ねぎ、パン粉、片栗粉、ブロッコリー、大根、しめじ、さつま芋
11月19日	おかゆ	タラの煮付け・ポテトサラダ	かぶのスープ	赤ちゃんビスケット	米、タラ、じゃがいも、枝豆、とうもろこし、人参、かぶ、赤ちゃんビスケット
11月20日	磯うどん	さつま芋サラダ	バナナ	赤ちゃんせんべい	うどん、鶏ひき肉、ねぎ、人参、しいたけ、わかめ、さつま芋、玉ねぎ、みつば、バナナ、赤ちゃんせんべい
11月21日	おかゆ	ささみと野菜の煮物・三色和え	味噌汁	胡麻チーズホットケーキ	米、鶏ささみ、豆腐、ねぎ、人参、ごぼう、しめじ、小松菜、もやし、胡麻、じゃが芋、玉ねぎ、ホットケーキミックス、チーズ
11月25日	おかゆ	根菜のそばろ煮・ほうれん草の胡麻和え	味噌汁	スイートパンプキン	米、鶏ひき肉、人参、ごぼう、れんこん、昆布、ほうれん草、胡麻、なめこ、わかめ、南瓜
11月26日	おかゆ	カジキのトマト焼き・野菜の胡麻和え	味噌汁	パン	米、めかじき、人参、玉ねぎ、ピーマン、ケチャップ、キャベツ、胡瓜、胡麻、生揚げ、白菜、コッペパン
11月27日	ジャージャー麺	ばりばりサラダ	バナナ	粉ふき芋	中華麺、鶏ひき肉、とうもろこし、人参、ねぎ、小松菜、もやし、トマト、胡瓜、コーンフレーク、バナナ、じゃがいも
11月28日	おかゆ	ささみのパン粉焼き・小松菜のソテー	味噌汁	りんごケーキ	米、鶏ささみ、パン粉、バセリ、ケチャップ、小松菜、人参、とうもろこし、さつま芋、ごぼう、ホットケーキミックス、りんご、ヨーグルト、レーズン

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。

