



こんだてひよー

令和7年度

日	曜	献立	材料	おやつ	材料	日	曜	献立	材料	おやつ	材料	
1	土	チキンライス さつま芋のサラダ コーンスープ フルーツ	米・強化米・鶏肉・玉葱・グリーンピース・ケチャップ・塩・コショウ さつま芋・きゅうり・ちくわ・酢・塩・油 コーン・人参・コンソメ・醤油・塩・コショウ バナナ	牛乳 畑のクラッカー	普通牛乳	17	月	ご飯 千草焼き 南瓜の煮物 野菜の炒め物	米・強化米 卵・豚挽肉・ほうれん草・玉葱・だし・醤油・三温糖 南瓜・醤油・三温糖 野菜の炒め物	☆ものがたりDAY☆	～おむすびころりん～	
		ご飯 鮭の塩焼き 牛肉とひじきの甘辛炒め 白菜の酢の物 みそ汁	米・強化米 鮭・塩 牛肉・ひじき・人参・玉葱・醤油・三温糖・ごま油 白菜・きゅうり・わかめ・酢・三温糖・醤油 もやし・豆苗・鰹節・昆布・みそ	牛乳 スイートポテト	普通牛乳 さつま芋・三温糖・牛乳 バター		17	みそ汁 大根・葱・鰹節・昆布・みそ	牛乳	普通牛乳		
	火	ロールパン 鶏肉のタルタル焼き キャベツのサラダ ★ロビ・ケイツ	ロールパン 鶏肉・卵・ピクルス・マヨネーズ・塩・コショウ キャベツ・ハーブ・干しふどう・酢・塩・油 鮭・じゃが芋・玉葱・人参・牛乳・生クリーム・バター・コンソメ・塩・コショウ	お茶 カル鉄スティック	ほうじ茶		18	火	ご飯 肉じゃが トマトのサラダ 小松菜の煮物 すまし汁	米・強化米 牛肉・じゃが芋・玉葱・人参・糸こんにゃく・インゲン・だし 醤油・三温糖 トマト・きゅうり・卵・コーン・酢・塩・油 小松菜・ハーブ・ひじき・だし・醤油・三温糖 切干大根・椎茸・三つ葉・鰹節・昆布・塩・醤油	牛乳 ピザースト	食パン・ハム・玉葱・ピーマン ケチャップ・ピザ用チーズ
	水	ご飯 キャベツの卵とじ さつま芋のサラダ 切干大根の煮物 みそ汁	米・強化米 卵・豚挽肉・キャベツ・ニラ・塩・コショウ さつま芋・コーン・酢・油・塩 切干大根・椎茸・グリーンピース・だし・醤油・三温糖 厚揚げ・なめこ・わかめ・昆布・鰹節・みそ	牛乳 バナナヨーグルト	普通牛乳 ヨーグルト・バナナ 三温糖		19	水	ご飯 鮭のみぞ煮 炒め物 すまし汁 フルーツ	米・強化米 鮭・生姜・みそ・醤油・三温糖 ウインナー・キャベツ・人参・グリーンピース・塩 ほうれん草・大根・鰹節・昆布・醤油・塩 グレープフルーツ	牛乳 きな粉マカロニ	普通牛乳 マカロニ・きな粉 三温糖・塩
6	木	ご飯 キャベツの卵とじ さつま芋のサラダ 切干大根の煮物 みそ汁	米・強化米 卵・豚挽肉・キャベツ・ニラ・塩・コショウ さつま芋・コーン・酢・油・塩 切干大根・椎茸・グリーンピース・だし・醤油・三温糖 厚揚げ・なめこ・わかめ・昆布・鰹節・みそ	牛乳 バナナヨーグルト	普通牛乳 ヨーグルト・バナナ 三温糖	20	木	食パン(イチゴジャム) ★リハマカローニ・ラー・ティック プロッコリーのサラダ スープ フルーツ	食パン・イチゴジャム 合挽肉・玉葱・マカロニ・卵・牛乳・ピザ用チーズ・バター・塩 プロッコリー・人参・コーン・酢・油・塩 小松菜・じゃが芋・コンソメ・塩・醤油 バナナ	牛乳	普通牛乳	
		チャーハン プロッコリーのサラダ スープ フルーツ	米・強化米・卵・ウインナー・玉葱・人参・ピーマン 塩・コショウ・醤油・ごま油 プロッコリー・ハーブ・きゅうり・酢・塩・油 ほうれん草・しめじ・コーン・中華だし・醤油・塩	牛乳 さつま芋パウンドケーキ	普通牛乳 小麦粉・ペーリングパウダー バター・三温糖・卵 さつま芋・ごま		21	金	ご飯 鮭の塩焼き 大豆のトマト煮 ひじきの炒め物 みそ汁	米・強化米 鮭・塩 大豆・牛挽肉・玉葱・ニンニク・トマト缶・小麦粉・ケチャップ・塩 ひじき・人参・コーン・グリーンピース・醤油・三温糖・ごま油 油揚げ・白菜・わかめ・鰹節・昆布・みそ	牛乳 ふかし芋	普通牛乳 さつま芋・塩
	土	担々麺 南瓜のサラダ フルーツ	中華麺・豚肉・玉葱・人参・キャベツ・葱・もやし・ねりごま みそ・中華だし・醤油・三温糖・塩・コショウ・ごま油 南瓜・きゅうり・わかめ・酢・油・塩	牛乳 ミルクスティック	普通牛乳		22	土	きのこスパゲティ ボテトサラダ スープ フルーツ	スパゲティ・ペーパーコン・玉葱・しめじ・えのき・エリンギ・ニンニク・のり バター・醤油・塩 じゃが芋・人参・きゅうり・ツナ・マヨネーズ・塩・コショウ キャベツ・大根・豆苗・コンソメ・醤油・塩・コショウ もも缶	牛乳 英字ビスケット	普通牛乳
	月	ご飯 厚蒸し卵 そぼろ納豆 南瓜の煮物 みそ汁	米・強化米 卵・グリーンピース・玉葱・だし・三温糖・醤油 納豆・切干大根・醤油 南瓜・醤油・三温糖 小松菜・玉葱・えのき・鰹節・昆布・みそ	牛乳 スライスチーズ	普通牛乳 チーズ		23	火	ご飯 ◆静岡おでん 水菜のサラダ そうめん汁 フルーツ	米・強化米 ◆静岡おでん 水菜・キャベツ・きゅうり・トマト・酢・塩・醤油・オーブ油 そうめん・もやし・しめじ・葱・鰹節・昆布・みそ みかん	牛乳 南瓜蒸しパン	普通牛乳 ホットケーキ粉・バター・牛乳 南瓜
11	火	ご飯 鮭のあんかけ 蓮根のきんぴら マカロニサラダ すまし汁	米・強化米 鮭・玉葱・えのき・だし・醤油・三温糖・片栗粉 牛肉・蓮根・人参・ピーマン・醤油・三温糖・ごま油・ごま マカロニ・きゅうり・コーン・マヨネーズ・塩・コショウ 大根・葱・鰹節・昆布・醤油・塩	牛乳 クッキー	普通牛乳 ウエハース・バター・卵 牛乳・グラニュー糖	26	水	ご飯 オムレツ 大根とひじきの梅和え 南瓜のソテー みそ汁	米・強化米 オムレツ 大根・人参・ひじき・ごま・梅干・醤油・三温糖・酢 南瓜・インゲン・醤油・三温糖 玉葱・小松菜・鰹節・昆布・みそ	牛乳 バナナ	普通牛乳 バナナ	
		ご飯 牛肉の甘辛煮 高野豆腐の煮物 みそ汁 フルーツ	米・強化米 牛肉・玉葱・大根・糸こんにゃく・醤油・三温糖 卵・高野豆腐・人参・グリーンピース・だし・醤油・三温糖 麸・えのき・わかめ・鰹節・昆布・みそ	牛乳 カスタードクリームパン	普通牛乳		27	木	ご飯 豚肉とさつま芋のカレー炒め 大根の煮物 すまし汁 フルーツ	米・強化米 豚肉とさつま芋・玉葱・グリーンピース・カレー粉・醤油・三温糖 大根・人参・糸こんにゃく・油揚げ・椎茸・だし・醤油・三温糖 もやし・わかめ・鰹節・昆布・醤油・塩 柿	牛乳 ラスク	普通牛乳 パケット・バター・三温糖
	水	ご飯 はんぺんフライ きのこのサラダ すまし汁 フルーツ	米・強化米 はんぺん・米粉・パン・粉・ケチャップ ベーコン・舞茸・しめじ・えのき・レタス・人参・ゆず・マヨネーズ 塩・コショウ・オリーブ油 大根・白菜・わかめ・鰹節・昆布・醤油・塩 オレンジ	牛乳 乳児 ◆あべかわもち風 幼児 ◆あべかわもち	普通牛乳 米 白玉粉・豆腐・きな粉 三温糖・塩		28	金	ご飯 鮭の西京焼き 小松菜の煮びたし 蓮根のきんぴら すまし汁	米・強化米 鮭・みそ・醤油・みりん 小松菜・しめじ・油揚げ・ハーブ・だし・醤油・三温糖 牛肉・蓮根・人参・糸こんにゃく・インゲン・醤油・三温糖 白菜・玉葱・葱・鰹節・昆布・醤油・塩	牛乳 ぶどうゼリー	普通牛乳 ぶどうジュース・寒天 三温糖・もも缶
	木	赤飯 カレイの煮つけ 切干大根の煮物 きゅうりのサラダ すまし汁	米・もち米・強化米・小豆・黒ごま・塩 カレイ・生姜・醤油・三温糖 切干大根・人参・グリーンピース・だし・醤油・三温糖 きゅうり・ハーブ・コーン・酢・塩・油 玉葱・しめじ・葱・鰹節・昆布・醤油・塩	牛乳 さつま芋蒸しパン	普通牛乳 小麦粉・牛乳 さつま芋・三温糖 ベーキングパウダー 干しふどう		29	土	ミートベンネ プロッコリーのサラダ スープ フルーツ	米・強化米 ミートベンネ プロッコリー・きゅうり・ツナ・酢・油・塩 大根・キャベツ・ハセリ・コンソメ・醤油・塩・コショウ バナナ	牛乳 胚芽スティック	普通牛乳
14	金	親子丼 酢の物 みそ汁 デザート	米・強化米・鶏肉・玉葱・人参・葱・椎茸・かまぼこ・卵 だし・醤油・三温糖 きゅうり・ハーブ・油揚げ・酢・三温糖・塩・醤油 南瓜・キャベツ・鰹節・昆布・みそ ゼリー	牛乳 ねじりん棒	普通牛乳	30	日	朝のおやつ	・0歳児は、菓子類(赤ちゃんせんべい・さくふわせんべい)、南瓜の煮物、フルーツ等です ・1・2歳児は、菓子類(カル鉄スティック・野菜スティック・紫いもチップ・ひじきあられ・野菜スナック等)、フルーツ等と干しふどう(週3回程度)です ※フルーツはバナナ・オレンジ・グレープフルーツ・みかん等を使用します 夕方延長のおやつは、おにぎり、菓子類(週1回程度)等です 菓子類は全て、添加物の少ないもの(サンコー食品)を使用しています 強化米は、鉄分とビタミン類が強化されたお米です えび、貝類の提供は、幼児クラスのみになります ◆マークは静岡県の郷土料理を取り入れています ★マークは世界の料理(フィンランド)を取り入れています			
		11月8日は『いい歯の日』～よく噛んでたべましょう～	よく噛んで食べるといいことがいっぱい ・あごの筋肉を発達させ、歯並びがよくなる ・唾液がたくさん出て、虫歯を予防する ・食べ物の味がよく分かり、より美味しい感じるようになる ・食べ過ぎを防いで、肥満を予防する	1歳児クラス 3歳児クラス								
	14日	七五三 (赤坂)	【11月の行事食】									
	17日	ものがたりDAY (おむすび ころりん)	【11月の行事食】									

11月8日は『いい歯の日』～よく噛んでたべましょう～
よく噛んで食べるといいことがいっぱい
・あごの筋肉を発達させ、歯並びがよくなる
・唾液がたくさん出て、虫歯を予防する
・食べ物の味がよく分かり、より美味しい感じるようになる
・食べ過ぎを防いで、肥満を予防する

【つぶやき・様子】
・「おいしい！」、「おいしいね！！」 子ども同士の会話でほっこりします
・お月見の日、保「今日のおやつは何でしょう？」、子「おさしみ団子！」



朝のおやつ
・0歳児は、菓子類(赤ちゃんせんべい・さくふわせんべい)、南瓜の煮物、フルーツ等です
・1・2歳児は、菓子類(カル鉄スティック・野菜スティック・紫いもチップ・ひじきあられ・野菜スナック等)、フルーツ等と干しふどう(週3回程度)です
※フルーツはバナナ・オレンジ・グレープフルーツ・みかん等を使用します
夕方延長のおやつは、おにぎり、菓子類(週1回程度)等です
菓子類は全て、添加物の少ないもの(サンコー食品)を使用しています
強化米は、鉄分とビタミン類が強化されたお米です
えび、貝類の提供は、幼児クラスのみになります
◆マークは静岡県の郷土料理を取り入れています
★マークは世界の料理(フィンランド)を取り入れています