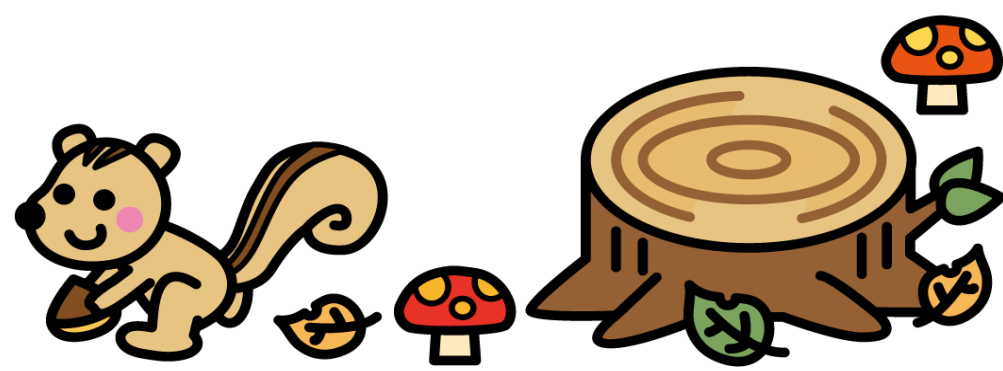
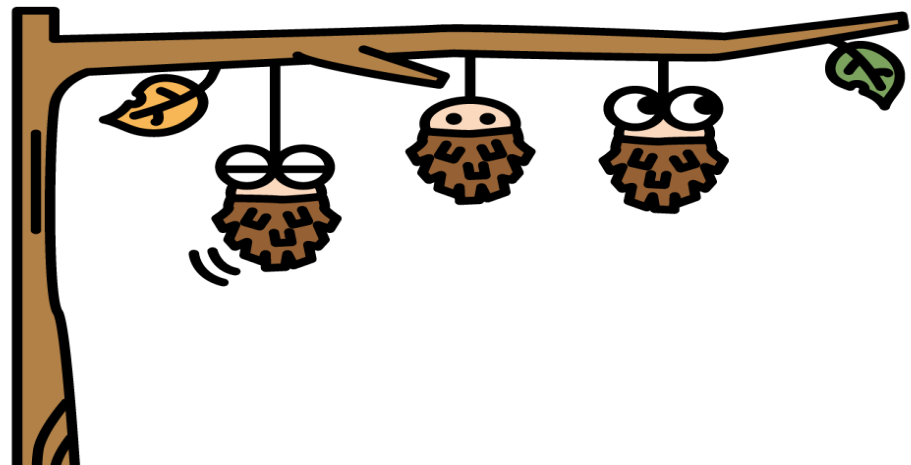


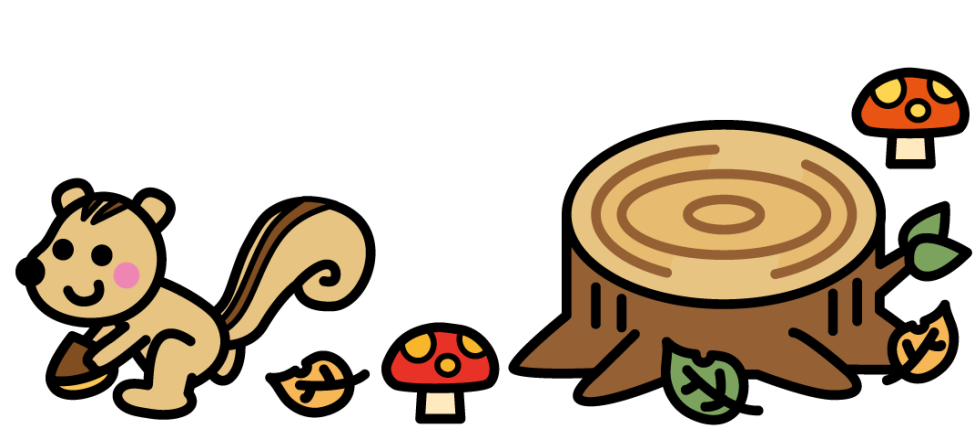


令和7年11月献立表
保育園(3歳以上児)

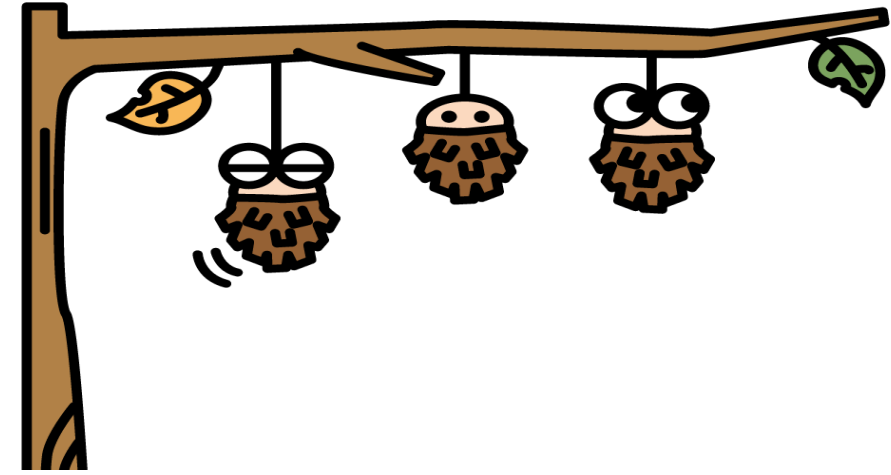


常滑市給食センター

日 曜	こんだてめい	あかいろのしょくひん (ち・にく・ほねになる)	きいろのしょくひん (はたらくちからになる)	みどりいろのしょくひん (からだのちょうしをととのえる)	おやつ
1 土					
4 火	ごはん ぎゅうにゅう ちゅうかコーンスープ こめこホキフライのやさいあんかけ ビーフンのちゅうかいため	ぎゅうにゅう とりにく あつあげ こめこホキフライ ベーコン	ごはん でんぷん なたねあぶら さとう でんぷん ビーフン なたねあぶら	コーン にんじん ねぎ たまねぎ たまねぎ チンゲンサイ もやし	かぼちゃボーロ
5 水	ごはん ぎゅうにゅう こうやどうふのうまに にくだんごのあまだれ キャベツのゆかりあえ かたぬきレアチーズ(いちご)	ぎゅうにゅう こうやどうふ とりにく さつまあげ にくだんごたれつき かたぬきレアチーズ(いちご)	ごはん じゃがいも さとう	にんじん たまねぎ しめじ キャベツ きゅうり あかしそふりかけ	コーンブレッド
6 木	ごはん ぎゅうにゅう はるさめスープ チンジャオロース だいがくいも	ぎゅうにゅう ぶたにく あつあげ ぎゅうにく	ごはん はるさめ でんぷん ごまあぶら さとう でんぷん さつまいも なたねあぶら さとう	にんじん はくさい ねぎ たけのこ ピーマン	おこめリング あまくちしょうゆ
7 金	ソフトめん ぎゅうにゅう ミートソース ほうれんそうのソテー ☆みかんゼリー	ぎゅうにゅう だいずミート ぶたにく ベーコン	ソフトめん さとう でんぷん なたねあぶら みかんゼリー	たまねぎ にんじん パセリ マッシュルーム トマト ほうれんそう にんじん コーン	ぱりぱりパンプキン
8 土					
10 月	ごはん ぎゅうにゅう トマトさつまじる さんまのすだちおろし ぶたそぼろごはんのぐ ☆とうにゅうプリン	ぎゅうにゅう とりにく トマトがたさつまあげ さんますだちおろし ぶたにく とうにゅうプリン	ごはん でんぷん さとう	にんじん だいこん えのきたけ ねぎ コーン しょうが	きらきらコーンの おほしさま
11 火	☆とうふブレッド ぎゅうにゅう ほしがたこめこマカロニスープ チキンフライのたれかけ フルーツミックス	ぎゅうにゅう ベーコン わかどりコーンフ레이크フライ	とうふブレッド こめこマカロニ なたねあぶら さとう でんぷん ミックスゼリー	にんじん たまねぎ エリンギ パセリ パイン おうとう	ロールケーキ(ミルク) 【代替品】 おこめリンゴタルト
12 水	ごはん ぎゅうにゅう しろみそしる ちたぎゅうハンバーグのたれかけ はるさめサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ あぶらあげ しろみそ ちたぎゅうハンバーグ ハム	ごはん さとう でんぷん はるさめ さとう ごまあぶら	えのきたけ にんじん はくさい ねぎ キャベツ こまつな コーン	こつぶあられ
13 木	アルファ化米 ひじょうしょくカレー				ひじょうしょくよう ライスクッキー
14 金	ごはん ぎゅうにゅう とりだんごじる さつまいもコロツケ ぶたにくのソースいため	ぎゅうにゅう とりだんご とうふ ぶたにく あおのり	ごはん でんぷん さつまいもコロツケ なたねあぶら さとう でんぷん	だいこん にんじん えのきたけ ねぎ キャベツ たまねぎ	ジョア(プレーン) 【代替品】 しろぶどう&ほうれんそう ジュース
15 土					
17 月	ごはん ぎゅうにゅう ちゅうかごもくに ほしがたポテト ホイコーロー	ぎゅうにゅう とりにく あつあげ ぶたにく あかみそ	ごはん さとう でんぷん ほしがたポテト なたねあぶら さとう でんぷん	たけのこ たまねぎ はくさい にんじん しいたけ しょうが たまねぎ キャベツ ピーマン	ひとくちしょうゆせん



令和7年11月献立表
保育園(3歳未満児)



常滑市給食センター

日 曜	こんだてめい	あかいろのしょくひん (ち・にく・ほねになる)	きいろのしょくひん (はたらくちからになる)	みどりいろのしょくひん (からだのちょうしをととのえる)	午前おやつ	午後おやつ
1 土						
4 火	ごはん ぎゅうにゅう ちゅうかコーンスープ こめこホキフライのやさいあんかけ ビーフンのちゅうかいため	ぎゅうにゅう とりにく あつあげ こめこホキフライ ベーコン	ごはん でんぷん なたねあぶら さとう でんぷん ビーフン なたねあぶら	 コーン にんじん ねぎ たまねぎ たまねぎ チンゲンサイ もやし	ハイハイン むらさきいもせんべい	ハイハイン かぼちゃポーロ
5 水	ごはん ぎゅうにゅう こうやどうふのうまに にくだんごのあまだれ キャベツのゆかりあえ かたぬきレアチーズ(いちご)	ぎゅうにゅう こうやどうふ とりにく さつまあげ にくだんごたれつき かたぬきレアチーズ(いちご)	ごはん じゃがいも さとう 	 にんじん たまねぎ しめじ キャベツ きゅうり あかしそふりかけ	ハイハイン しおせん	ハイハイン コーンブレッド
6 木	ごはん ぎゅうにゅう はるさめスープ チンジャオロース だいがくいも	ぎゅうにゅう ぶたにく あつあげ ぎゅうにく 	ごはん はるさめ でんぷん ごまあぶら さとう でんぷん さつまいも なたねあぶら さとう	 にんじん はくさい ねぎ たけのこ ピーマン 	ハイハイン むらさきいもせんべい	ハイハイン はなはなせんべい
7 金	ソフトめん ぎゅうにゅう ミートソース ほうれんそうのソテー ☆みかんゼリー	 ぎゅうにゅう だいずミート ぶたにく ベーコン 	ソフトめん さとう でんぷん なたねあぶら みかんゼリー	 たまねぎ にんじん パセリ マッシュルーム トマト ほうれんそう にんじん コーン	ハイハイン しおせん	ハイハイン ふわふわチップじゃがいも
8 土						
10 月	ごはん ぎゅうにゅう トマトさつまじる さんまのすだちおろし ぶたそぼろごはんのぐ ☆とうにゅうプリン	ぎゅうにゅう とりにく トマトがたさつまあげ さんますだちおろし ぶたにく とうにゅうプリン	ごはん でんぷん さとう 	 にんじん だいこん えのきたけ ねぎ コーン しょうが	ハイハイン むらさきいもせんべい	ハイハイン ふわふわチップにんじん
11 火	☆とうふブレッド ぎゅうにゅう ほしがたこめこマカロニスープ チキンフライのたれかけ フルーツミックス	 ぎゅうにゅう ベーコン わかどりコーンフ레이크フライ 	とうふブレッド こめこマカロニ なたねあぶら さとう でんぷん ミックスゼリー	 にんじん たまねぎ エリンギ パセリ パイン おうとう	ハイハイン しおせん	ハイハイン おこめリンゴタルト
12 水	ごはん ぎゅうにゅう しろみそしる ちたぎゅうハンバーグのたれかけ はるさめサラダ	 ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ あぶらあげ しろみそ ちたぎゅうハンバーグ ハム	ごはん さとう でんぷん はるさめ さとう ごまあぶら	 えのきたけ にんじん はくさい ねぎ キャベツ こまつな コーン	ハイハイン むらさきいもせんべい	ハイハイン はなはなせんべい
13 木	アルファ化米 ひじょうしょくカレー				ハイハイン しおせん	ハイハイン ふわふわチップじゃがいも
14 金	ごはん ぎゅうにゅう とりだんごじる さつまいもコロッケ ぶたにくのソースいため	 ぎゅうにゅう とりだんご とうふ ぶたにく あおのり	ごはん でんぷん さつまいもコロッケ なたねあぶら さとう でんぷん	 だいこん にんじん えのきたけ ねぎ キャベツ たまねぎ	ハイハイン むらさきいもせんべい	ハイハイン しろぶどう&ほうれんそう ジュース
15 土						
17 月	ごはん ぎゅうにゅう ちゅうかごもくに ほしがたポテト ホイコーロー	ぎゅうにゅう とりにく あつあげ ぶたにく あかみそ	ごはん さとう でんぷん ほしがたポテト なたねあぶら さとう でんぷん	 たけのこ たまねぎ はくさい にんじん しいたけ しょうが たまねぎ キャベツ ピーマン	ハイハイン しおせん	ハイハイン ふわふわチップにんじん
18 火	ロールパン ぎゅうにゅう ポトフ ソーセージのトマトソースかけ コーンサラダ たくじょうコーンクリームドレッシング かたぬきチーズ	 ぎゅうにゅう とりにく ソーセージ ツナ かたぬきチーズ	ロールパン じゃがいも さとう でんぷん コーンクリーミードレッシング	 だいこん にんじん たまねぎ キャベツ きゅうり コーン	ハイハイン むらさきいもせんべい	ハイハイン はなはなせんべい
19 水	わかめごはん ぎゅうにゅう いもっこじる ちたぶたヒレカツのたれがけ ☆とうにゅうヨーグルト(ブルーベリー)	 ぎゅうにゅう ぶたにく ちたぶたヒレカツ とうにゅうヨーグルト(ブルーベリー)	わかめごはん さといも でんぷん なたねあぶら さとう でんぷん	 こんにゃく ごぼう しめじ にんじん ねぎ	ハイハイン しおせん	ハイハイン おこめのかぼちゃマフィン

20 木	ごはん		ごはん			
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
	カレーライス	ぎゅうにく	じゃがいも	たまねぎ にんじん	ハイハイン むらさきいもせんべい	ハイハイン ふわふわチップじゃがいも
	ハムステーキ	ポロニアハムステーキ				
	☆こくさんアップルフレッシュゼリー			こくさんアップルフレッシュゼリー		
21 金	しらたまうどん		しらたまうどん			
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
	にくうどんのしる	ぶたにく あぶらあげ	さとう でんぷん	しいたけ たまねぎ にんじん ねぎ	ハイハイン しおせん	ハイハイン ふわふわチップにんじん
	さつまいものてんぶら		さつまいものてんぶら なたねあぶら			
	こまつなのおひたし	チキンハム	さとう	こまつな もやし キャベツ		
22 土						
25 火	ごはん		ごはん			
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
	みそおでん	ぶたにく さつまあげ こんぶ あかみそ	さといも さとう	だいこん にんじん こんにやく	ハイハイン むらさきいもせんべい	ハイハイン やさいゼリー
	とりにくのてりやき	とりにく	さとう でんぷん			
	☆フルーツこぼろそう(オレンジ)			オレンジ		
26 水	ごはん		ごはん			
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
	たまふじる	とうふ	しらたまふ	たまねぎ にんじん はくさい えのきたけ ねぎ	ハイハイン しおせん	ハイハイン はなはなせんべい
	にしんのあまみそかけ	ニシン しろみそ	さとう でんぷん	しょうが		
	かぼちゃのそぼろあんかけ	とりにく	さとう でんぷん	かぼちゃ		
	☆いちごスティックケーキ		いちごスティックケーキ			
27 木	ミルクロールパン		ミルクロールパン			
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
	きのこのとうにゅうシチュー	ベーコン とうにゅう	じゃがいも とうにゅうバター	にんじん たまねぎ コーン	ハイハイン むらさきいもせんべい	ハイハイン ふわふわチップじゃがいも
	チキンナゲットのたれかけ 2こ	とうにゅうクリーム		ほうれんそう しめじ エリンギ		
	ツナサラダ	チキンナゲット	なたねあぶら さとう でんぷん			
	たくじょうわふうドレッシング	ツナ		だいこん きゅうり		
28 金	ごはん		ごはん			
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
	マーボどうふ	ぶたにく だいずミート とうふ	さとう でんぷん	しょうが たまねぎ にんじん	ハイハイン しおせん	ハイハイン ふわふわチップにんじん
	えびしゅうまい 2こ	あかみそ		しいたけ ねぎ		
	【誕生日会】☆オレンジゼリー	えびシュウマイ				
			オレンジゼリー			
29 土						

※給食の料理レシピや食に関するお問い合わせは、給食センターまで。(TEL35－4001)

※物資の購入の都合により、献立を変更することがありますのでご了承下さい。

※調味料にかかるアレルギーについては記載しておりません。

にほんじん

でんとうてき

しよくぶん

か

わ

しよく

した

日本人の伝統的な食文化

和食

に親しもう

「和食」というと何を思い浮かべますか？ ご飯・みそ汁・おかずの組み合わせや、すし、そば、うどん、天ぷら、おでんなどの料理を思い浮かべる人もいるかもしれません。また、ラーメンやカレーといった外国から伝わった料理も、アレンジが加えられて日本独自の料理として発展し、外国人観光客にも人気のグルメとなっています。

一方で、ライフスタイルの変化によって、地域に伝わる郷土料理や行事食などの伝統的な食文化が失われつつあり、その保護・継承が課題となっています。そのような背景から、2013年に「和食；日本人の伝統的な食文化」がユネスコ無形文化遺産へ登録されました。これは料理としての和食だけでなく、「自然の尊重」という日本人の精神を体現した食に関する「社会的慣習」のことで、以下の4つがその特徴として挙げられています。

「和食」の特徴

多様で新鮮な食材とその持ち味の尊重

健康的な食生活を支える栄養バランス

自然の美しさや季節の移ろいの表現

正月などの年中行事との密接な関わり

「和食」に欠かせないもの

米

だし

発酵調味料

「和食」を大切にするために、心がけたいこと

食器を正しく並べましょう

「いただきます」「ごちそうさま」を心を込めて言いましょう

お箸を正しく使いましょう

地域に伝わる郷土料理や行事食を味わってみましょう

11月15日

こ

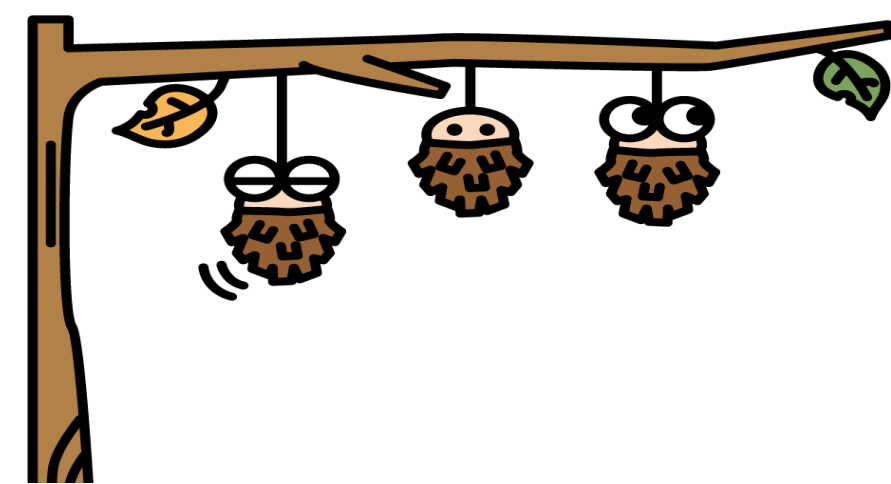
子どもの成長を祝う

七五三

七五三は、3歳・5歳・7歳の年に晴れ着姿で神社や寺院にお参りし、子どもの健やかな成長を祝う行事です。平安時代の宮中行事がもととなり、公家や武家で行われていた、3歳で髪を伸ばし始める「髪置き」、5歳で袴を身につける「袴着」、7歳で着付けに帯を使い始める「帯解き」の儀式に由来します。江戸時代には、子どもの成長を祝う行事として庶民の間へと広まり、現在の七五三の原型となりました。

千歳飴

赤飯

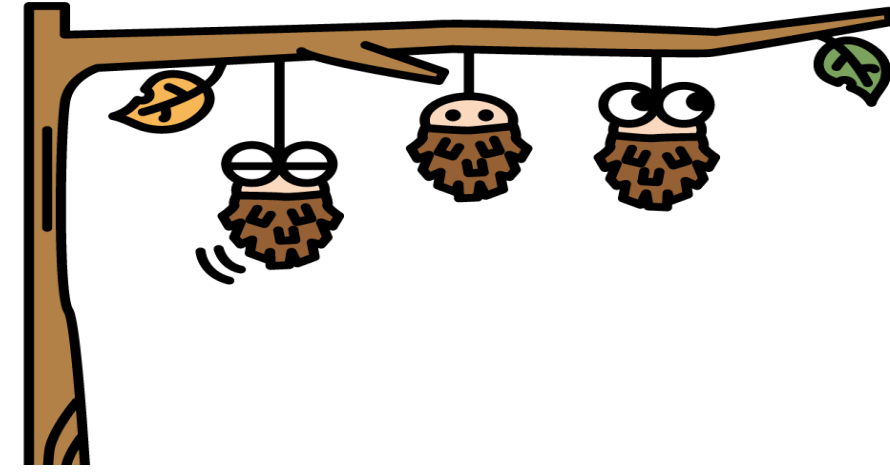


☆は業者配送です。 ○毎月19日は食育の日です。

※給食の料理レシピや食に関するお問い合わせは、給食センターまで。(TEL35-4001)

※物資の購入の都合により、献立を変更することがありますのでご了承下さい。

※調味料にかかるアレルギーについては記載しておりません。



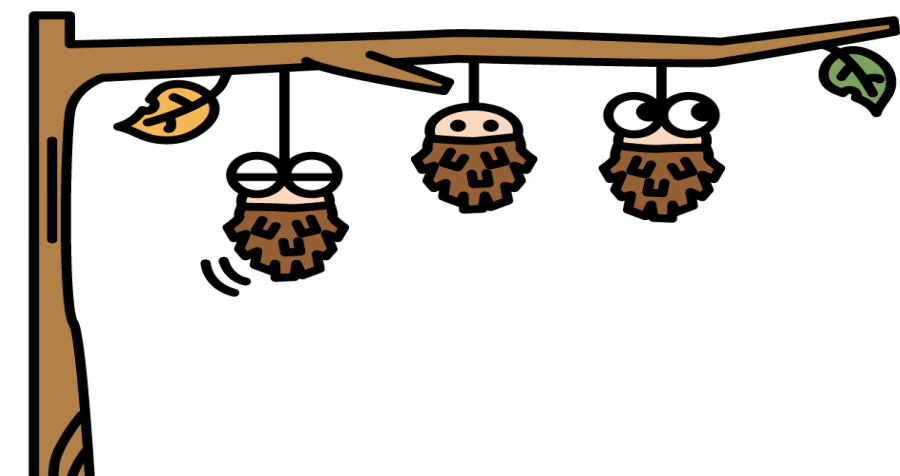
日曜	こんだてめい	あかいろのしょくひん (ち・にく・ほねになる)	きいろのしょくひん (はたらくちからになる)	みどりいろのしょくひん (からだのちょうしをととのえる)	朝食	昼間
1 土						
4 火	5ぶがゆ ちゅうかコーンスープ しろみぎかなのやさいあんかけ	ホキ	こめ でんぷん さとう でんぷん	コーン たまねぎ にんじん ねぎ たまねぎ	ハイハイン むらさきいもせんべい	ハイハイン かぼちゃポーロ
5 水	5ぶがゆ にくじゃが キャベツときゅうりのにびたし	とりにく	こめ じゃがいも さとう さとう	たまねぎ にんじん キャベツ きゅうり	ハイハイン しおせん	ハイハイン コーンブレッド
6 木	5ぶがゆ はるさめスープ さつまいもとピーマンのいためもの		こめ はるさめ でんぷん さつまいも さとう	はくさい にんじん ピーマン	ハイハイン むらさきいもせんべい	ハイハイン はなはなせんべい
7 金	5ぶがゆ やさいスープ ほうれんそうのソテー	ぶたにく	こめ	たまねぎ にんじん コーン ほうれんそう にんじん	ハイハイン しおせん	ハイハイン ふわふわチップじゃがいも
8 土						
10 月	5ぶがゆ みだくさんじる しろみぎかなのあんかけ	ホキ	こめ でんぷん さとう でんぷん	にんじん だいこん ねぎ	ハイハイン むらさきいもせんべい	ハイハイン ふわふわチップにんじん
11 火	5ぶがゆ かぼちゃスープ バナナペースト		こめ	たまねぎ にんじん かぼちゃ バナナ	ハイハイン しおせん	ハイハイン おこめリングタルト
12 水	5ぶがゆ とうふのみそしる キャベツとこまつなのにびたし	とうふ しろみそ	こめ さとう	にんじん はくさい キャベツ こまつな	ハイハイン むらさきいもせんべい	ハイハイン はなはなせんべい
13 木	ひじょうしょく				ハイハイン しおせん	ハイハイン ふわふわチップじゃがいも
14 金	5ぶがゆ こんさいのすましじる さつまいものあまに	とうふ	こめ さつまいも さとう	にんじん だいこん	ハイハイン むらさきいもせんべい	ハイハイン しろぶどう&ほうれんそう ジュース
15 土						
17 月	5ぶがゆ はくさいのちゅうかに キャベツのみそいため	ぶたにく あかみそ	こめ でんぷん さとう	にんじん はくさい たまねぎ キャベツ ピーマン	ハイハイン しおせん	ハイハイン ふわふわチップにんじん
18 火	5ぶがゆ ポトフ コーンときゅうりのにびたし	とりにく	こめ じゃがいも さとう	たまねぎ にんじん キャベツ きゅうり コーン	ハイハイン むらさきいもせんべい	ハイハイン はなはなせんべい
19 水	5ぶがゆ さといものすましじる かぼちゃのそぼろあんかけ	ぶたにく	こめ さといも さとう でんぷん	にんじん ねぎ かぼちゃ	ハイハイン しおせん	ハイハイン おこめのかぼちゃマフィン
20 木	5ぶがゆ じゃがいもとたまねぎのスープ りんごペースト		こめ じゃがいも	たまねぎ にんじん りんご	ハイハイン むらさきいもせんべい	ハイハイン ふわふわチップじゃがいも
21 金	5ぶがゆ さつまいものすましじる キャベツとこまつなのにびたし		こめ さつまいも さとう	にんじん たまねぎ もやし キャベツ こまつな	ハイハイン しおせん	ハイハイン ふわふわチップにんじん
22 土						
25 火	5ぶがゆ ぶたじる さといものにももの	ぶたにく あかみそ	こめ さといも さとう	だいこん にんじん にんじん	ハイハイン むらさきいもせんべい	ハイハイン やさいゼリー
26 水	5ぶがゆ とうふのすましじる しろみぎかなのみそかけ	とうふ ホキ しろみそ	こめ さとう でんぷん	にんじん はくさい	ハイハイン しおせん	ハイハイン はなはなせんべい
27 木	5ぶがゆ とうにゅうスープ だいこんときゅうりのにびたし	とうにゅう	こめ じゃがいも さとう	コーン ほうれんそう にんじん だいこん きゅうり	ハイハイン むらさきいもせんべい	ハイハイン ふわふわチップじゃがいも
28 金	5ぶがゆ マーボどうふ かぼちゃのにももの	ぶたにく とうふ あかみそ	こめ さとう でんぷん さとう	たまねぎ ねぎ にんじん かぼちゃ	ハイハイン しおせん	ハイハイン ふわふわチップにんじん
29 土						

☆は業者配送です。 ○毎月19日は食育の日です。

※給食の料理レシピや食に関するお問い合わせは、給食センターまで。(TEL35-4001)

※物資の購入の都合により、献立を変更することがありますのでご了承下さい。

※調味料にかかるアレルギーについては記載しておりません。



☆は業者配送です。 ○毎月19日は食育の日です。

※給食の料理レシピや食に関するお問い合わせは、給食センターまで。(TEL35-4001)

※物資の購入の都合により、献立を変更することがありますのでご了承下さい。

※調味料にかかるアレルギーについては記載しておりません。