



## 11月予定献立表



＜令和7年＞  
大崎保育園

日	曜日	献立	10時	3時おやつ	食育
1	土	豚丼・みそ汁・オレンジ	クラッカー りんご	星たべよ バナナ	
3	月	＜振替休日＞			
4	火	ご飯・プルコギ・ブロッコリーのおかか和え・もやしのスープ・りんごゼリー	ジャムトースト	マカロニグラタン	
5	水	味噌ラーメン・ししゃも焼き・切干大根サラダ・オレンジ	ビスコ バナナ	いなり寿司	
6	木	☆バターチキンカレー・白菜のサラダ・0～3歳切れてるチーズ 4・5歳スティックチーズ・バナナ	白い風船 オレンジ	りんごのマフィン	
7	金	洋風ちらし・さわらの照り焼き・ほうれん草のお浸し・みそ汁・オレンジ	ミレービスケット バナナ	さつま芋のバター焼き	
8	土	＜父母の会秋祭り＞			
10	月	＜おにぎりパーティ＞ご飯(0・1歳鮭フレーク・ふりかけ)(2歳鮭フレーク・昆布佃煮・ふりかけ)(3～5歳はちみつ梅・鮭フレーク・昆布佃煮)・鶏肉の香味焼き・きゅうりの酢の物・みそ汁・バナナ	ボーロ りんご	人参パンケーキ	
11	火	バターロールパン・りんごジャム・鮭のムニエル・もやし中華サラダ・チンゲン菜のスープ・ヨーグルト	ココナッツサブレ バナナ	さつま芋スティック	
12	水	きな粉ご飯・牛肉のケチャップソテー・ほうれん草のゆかり和え・すまし汁・りんご	チーズトースト	ちんすこう	
13	木	＜誕生会＞ピラフ・ささみレモン・ごまドレサラダ・たらこスパ・豆乳スープ・オレンジ	シガーフライ	りんごのケーキ	
14	金	＜秋の収穫祭＞さつま芋ご飯・焼きさんま・豚汁・りんご	ビスケット オレンジ	マシュマロサンド	さんまについて(3～5歳)
15	土	牛丼・わかめスープ・オレンジ	クラッカー りんご	白い風船 バナナ	
17	月	＜弁当の日＞	ビスコ オレンジ	スイートポテト	
18	火	コーンご飯・さわらの幽庵焼き風・ブロッコリーの昆布和え・みそ汁・りんご	ココナッツサブレ バナナ	クレープ	
19	水	ミートソーススパゲティ・さつま芋サラダ・0～3歳切れてるチーズ 4・5歳スティックチーズ・オレンジ	白い風船 りんご	ひじきおにぎり	
20	木	ご飯・さばの塩焼き・ほうれん草のナムル・かきたま汁・ヨーグルト	ボーロ バナナ	豆腐ドーナツ	
21	金	ゆかりご飯・チューリップから揚げ・ブロッコリーサラダ・コーン入りスープ・オレンジ	ふかし芋	フレンチトースト	
22	土	きつねうどん・小松菜のごま和え・オレンジ	クラッカー りんご	ぱりんこ バナナ	
24	月	＜振替休日＞			
25	火	ご飯・味付け海苔・手羽元のすっば煮・ひじきサラダ・みそ汁・バナナ	シガーフライ	くずもち	
26	水	ご飯・ふりかけ・ポークチャップ・ブロッコリーの納豆和え・けんちん汁・オレンジ	ビスコ りんご	フライドポテト	
27	木	ご飯・鮭のレモン蒸し・かぼちゃサラダ・白菜のスープ・ぶどうゼリー	きな粉マカロニ	お好み焼き	
28	金	ハヤシライス・コールスロー・0～3歳切れてるチーズ 4・5歳スティックチーズ・バナナ	ボーロ オレンジ	卵サンド	
29	土	親子丼・きのこスープ・オレンジ	クラッカー りんご	ビスケット バナナ	

### 暦のうえではもう冬です

2025年の立冬は11月7日。朝晩は冷え込むようになり、冬の足音が近づいてきました。日暮れが日ごとに早くなりますが、日中はたくさん遊び、お腹を空かせてバランスのよい食事と十分な睡眠をとりましょう。

### 畑の野菜もまだまだ育っています

なすにピーマン、おくらなど、夏から秋にかけて長く収穫できています。汁物やフライにしたり、毎日の給食に取り入れています。

先日は、子ども達が収穫した枝豆をさやから出し、園長先生に羽釜で枝豆ご飯を炊いてもらっておにぎりにしました。大好評でした。

また、さつま芋もたくさん収穫できました。これからバター焼きやふかし芋にして頂きます。美味しい味覚がいっぱいです。

### 11月8日はいい歯の日

良く噛んで食べると、食べすぎを防いだり、虫歯を予防することができます。

