2026.10　発行

♪11 月の献立♪

＊いつもお箸セットをお持たせください。

		献立名	持ち物	使用食材	調味料
2	月	ケチャップライス 野菜スープ （378/2.3）	①お茶碗 ②汁椀	ﾁｷﾝﾗｲｽ（ｹﾁｬｯﾌﾟ味）：玉ねぎ、ｳｲﾝﾅｰ、コーン、ピーマン ｽｰﾌﾟ（しょうゆ味）：玉ねぎ、人参、じゃがいも、キャベツ、エリンギ、鶏もも肉、豆苗	塩・油・ｹﾁｬｯﾌﾟ しょうゆ・酒・コンソメ
4	水	ごはん ｺﾛｺﾛから揚げ みそ汁（389/2.1）	①お茶碗 ②小皿 ③汁椀	から揚げ：鶏むね肉、しょうが、にんにく、エリンギ みそ汁：人参、キャベツ、さつま芋、しめじ、豆苗	しょうゆ・みりん・酒・きび砂糖・片栗粉・油　みそ
5	木	ひじきと冬野菜のﾄﾞﾗｲｶﾚｰ（352/2.2）	①深めの カレー皿	ｶﾚｰ：玉ねぎ、にんにく、しょうが、人参、豚ひき肉、ごぼう、れんこん、さつま芋、ピーマン、ひじき、えのき、長ネギ	S&B とろけるｶﾚｰ
9	月	豚そぼろご飯 具たくさん汁 （344/2.0）	①お茶碗 ②汁椀	ご飯：人参、ごぼう、豚ひき肉、まいたけ、しいたけ、いんげん 具たくさん汁：人参、大根、豚小間、焼き豆腐、えのき、しめじ、長ネギ	油・みりん・酒・きび砂糖・しょうゆ・塩・みそ
10	火	ごはん 白身フライ みそ汁（373/2.1）	①お茶碗 ②小皿 ③汁椀	フライ：骨なしﾒﾙﾙｰｻ、卵、小麦粉・パン粉、たれ（中濃ソース・ｹﾁｬｯﾌﾟ）　【魚禁：鶏ささみのフライ】 みそ汁：人参、ごぼう、しめじ、絹豆腐、白菜、長ネギ	塩・油 みそ
11	水	ごはん 豚のしぐれ煮 みそ汁（398/2.2）	①お茶碗 ②小皿 ③汁椀	しぐれ煮：玉ねぎ、豚バラ肉、ごぼう、まいたけ、長ネギ、しらたき みそ汁：人参、絹豆腐、えのき、小松菜、大根	しょうゆ・みりん・酒・きび砂糖・片栗粉　みそ
16	月	ひじきご飯 具たくさん汁 （358/2.2）	①お茶碗 ②汁椀	ごはん：人参、ごぼう、ちくわ、油揚げ、ひじき、糸こん、 汁物：人参、玉ねぎ、豚小間肉、大根、焼き豆腐、油揚げ、しめじ、長ネギ	しょうゆ・みりん・酒・きび砂糖・油 みそ
17	火	ごはん（345/1.7） 煮魚 具たくさんみそ汁	①お茶碗 ②小皿 ③汁椀	煮魚：骨なしモウカ、いんげん　【魚禁：鶏もも肉の照り焼き】 みそ汁：人参、キャベツ、エリンギ、えのき、もやし、小松菜、長ネギ	しょうゆ・みりん・酒・きび砂糖 みそ
18	水	ちゃんぽん風うどん （347/1.8）	①深めの丼	うどん：人参、キャベツ、豚小間肉、ちくわ、しめじ、長ネギ、もやし、小松菜	しょうゆ・みりん・酒・鶏がらｽｰﾌﾟ
19	木	鶏五目ご飯 けんちん汁 （353/2.3）	①お茶碗 ②汁椀	ごはん：人参、ごぼう、鶏もも肉、まいたけ、つきこん、いんげん 汁物：人参、豚小間、油揚げ、焼き豆腐、さつま芋、小ネギ	みりん・酒・きび砂糖・醤油・塩・みそ
24	火	ｺｰﾝﾋﾟﾗﾌ（364/2.2） 野菜ﾏｶﾛﾆｽｰﾌﾟ	①お茶碗 ②汁椀	ピラフ：玉ねぎ、ｿｰｾｰｼﾞ、ツナ缶、コーン、いんげん ｽｰﾌﾟ：玉ねぎ、人参、大根、鶏もも、マカロニ、ブロッコリー	塩・ｺﾝｿﾒ・しょうゆ
25	水	ハヤシライス フルーツ寒天	①カレー皿 ②小皿	ﾊﾔｼ：玉ねぎ、にんにく、人参、豚バラ肉、エリンギ、コーン 寒天：100%ジュース、寒天	S&B とろけるﾊﾔｼ・油　きび砂糖
26	木	ごはん 鶏つくね照り焼き みそ汁	①お茶碗 ②小皿 ③汁椀	照り焼き：鶏ひき肉、玉ねぎ、切干、木綿豆腐、 みそ汁：人参、もやし、キャベツ、長ネギ、小松菜	油・きび砂糖・みりん・酒・片栗粉 みそ
30	月	わかめご飯 さつま芋甘煮 豚汁（353/2.3）	①お茶碗 ②小皿 ③汁椀	豚汁（みそ味）：大根、人参、ごぼう、豚小間、油揚げ、焼き豆腐、しめじ、えのき、長ネギ	塩・きび砂糖・しょうゆ みそ

☆夏の多雨や日照不足により野菜の高騰や品不足が続いています。価格と仕入れを確認しながら発注しますので当日献立の野菜の変更があるかもしれませんが、ご了承ください。