

2025年11月



予定献立表・幼児食



ルンルンちゃいるど保育園

曜日	月	火	水	木	金	土	曜日	月	火	水	木	金	土					
日						1	日	17	18	19	20	21	22					
屋食	11月24日は「和食の日」です！ 近年、食事の西洋化が進み油や砂糖、塩分の摂りすぎが問題視されています。 「和食」の基本は一汁三菜です。ご飯を主食に、魚のDHAや大豆のレシチンなどで脳にとって良い脂質を摂ることができます。他にも野菜や海藻、きのこの幅広い食材(栄養素)をそろえ、みそや納豆などの発酵食品で腸内環境を整えます。和食にはおかずが必須ですが、パンやうどん、パスタなどは加える食材が少ないため、和食よりも栄養が炭水化物に偏りがちです。また、合わせるものもバターやマヨネーズなどになり、太りやすい食事になってしまいます。最低でも1日1食以上は、和食を取り入れることをおすすめします。 												あんかけ味噌うどん 煮物 お浸し フルーツ					
	うどん・白菜・人参・玉ねぎ 鶏肉・味噌・片栗粉・じゃが芋 ほうれん草・フルーツ						ごはん 鶏肉の味噌焼 じゃがコーン炒め すまし汁 フルーツ						きのこカレー ひじきサラダ スープ フルーツ					
	ごはん 白身魚のお好み焼風 大根の野菜あん 味噌汁 フルーツ						ごはん 鶏の香味揚げ にんじんしりしり スープ フルーツ						ごはん 白身魚お好み焼風 大根の野菜あん 味噌汁 フルーツ					
	うどん・鶏肉・人参・玉ねぎ 白身魚・鶏肉・人参・玉ねぎ ほうれん草・片栗粉・味噌・フルーツ						うどん・鶏肉・人参・玉ねぎ 白身魚・鶏肉・人参・玉ねぎ ほうれん草・片栗粉・味噌・フルーツ						うどん・鶏肉・人参・玉ねぎ 白身魚・鶏肉・人参・玉ねぎ ほうれん草・片栗粉・味噌・フルーツ					
主要食材	米・鶏肉・しょうが汁・片栗粉・青のり アスパラ・トマト・人参・もやし ほうれん草・大根・人参・玉ねぎ ほうれん草・片栗粉・味噌・フルーツ						米・鶏肉・しょうが汁・片栗粉・青のり アスパラ・トマト・人参・もやし ほうれん草・大根・人参・玉ねぎ ほうれん草・片栗粉・味噌・フルーツ						米・鶏肉・しょうが汁・片栗粉・青のり アスパラ・トマト・人参・もやし ほうれん草・大根・人参・玉ねぎ ほうれん草・片栗粉・味噌・フルーツ					
おやつ	ホットケーキ 牛乳						アップルスコーン 牛乳						そぼろおにぎり 牛乳					
主要食材	ホットケーキミックス・豆乳 バター						ホットケーキミックス・豆乳 りんご						ホットケーキミックス・豆乳 りんご					
栄養価	I総計 - 494.0 kcal 蛋白質 23.1 g 脂質 10.5 g						I総計 - 469.0 kcal 蛋白質 18.8 g 脂質 9.2 g						I総計 - 530.0 kcal 蛋白質 21.2 g 脂質 13.1 g					

日	3	4	5	6	7	8	日	24	25	26	27	28	29					
屋食							お楽しみ給食						ごはん 白身魚の酢豚風 温野菜のマヨ和え 味噌汁 フルーツ					
	ごはん 豆腐チャンプルー 温野菜のサラダ 味噌汁 フルーツ						ごはん 鶏肉の酢豚風 もやしの和え物 味噌汁 フルーツ						ごはん 麻婆だいこん 南瓜の煮物 スープ フルーツ					
	さつま芋挽肉カレー わかめサラダ スープ フルーツ						野菜味噌うどん 煮物 和え物 フルーツ						ごはん 白身魚の酢豚風 温野菜のマヨ和え 味噌汁 フルーツ					
	ごはん 鶏肉の酢豚風 もやしの和え物 味噌汁 フルーツ						ごはん 麻婆豆腐 胡瓜のナムル スープ フルーツ						野菜味噌うどん 炒め物 和え物 フルーツ					
主要食材	米・豆腐・鶏肉・玉ねぎ・もやし 人参・キャベツ・アスパラ・胡瓜・コーン 酢・味噌・フルーツ						米・鶏肉・片栗粉・人参・玉ねぎ じゃが芋・いんげん・アスパラ・酢 もやし・胡瓜・味噌・フルーツ						米・大根・鶏肉・玉ねぎ・人参 味噌・片栗粉・いんげん・南瓜 フルーツ					
おやつ	菜めしおにぎり 牛乳						バナナパンケーキ 牛乳						りんごジャムサンド 牛乳					
主要食材	米・ツナ缶・人参						米・さけフレーク						米・さけフレーク					
栄養価	I総計 - 483.0 kcal 蛋白質 22.7 g 脂質 10.6 g						I総計 - 482.0 kcal 蛋白質 17.8 g 脂質 10.0 g						I総計 - 490.0 kcal 蛋白質 22.2 g 脂質 7.0 g					

日	10	11	12	13	14	15	秋の味覚							ミネラルを多く含む食べ物										
屋食	中華丼 南瓜の煮物 味噌汁 フルーツ						ごはん 肉豆腐 ほうれん草ごま和え 味噌汁 フルーツ						ごはん 白身魚のうま煮 じゃが芋甘辛炒め 味噌汁 フルーツ						ごはん 油淋鶏 マカロニサラダ 味噌汁 フルーツ					
	かぼちゃカレー だいこんサラダ スープ フルーツ						野菜あんかけうどん 煮物 お浸し フルーツ						ごはん 白身魚のうま煮 じゃが芋甘辛炒め 味噌汁 フルーツ						ごはん 鶏肉の酢豚風 もやしの和え物 味噌汁 フルーツ					
	さつま芋挽肉カレー わかめサラダ スープ フルーツ						野菜味噌うどん 煮物 和え物 フルーツ						ごはん 麻婆豆腐 胡瓜のナムル スープ フルーツ						野菜味噌うどん 炒め物 和え物 フルーツ					
	ごはん 豆腐チャンプルー 温野菜のサラダ 味噌汁 フルーツ						ごはん 鶏肉の酢豚風 もやしの和え物 味噌汁 フルーツ						ごはん 麻婆だいこん 南瓜の煮物 スープ フルーツ						ごはん 鶏肉の酢豚風 もやしの和え物 味噌汁 フルーツ					
主要食材	米・鶏肉・白菜・玉ねぎ・しめじ・人参 小ねぎ・片栗粉・南瓜・味噌・フルーツ						米・豆腐・鶏肉・玉ねぎ・いんげん もやし・ほうれん草・人参・ごま 味噌・フルーツ						米・かきい・大根・しょうが汁・人参 じゃが芋・いんげん・味噌・フルーツ						米・鶏肉・片栗粉・長ねぎ・酢 しょうが汁・トマト・アスパラ・人参 おろし・コブ・胡瓜・マヨネーズ・味噌・ホウ 酢・トマト・フルーツ					
おやつ	わかめおにぎり 牛乳						ジャムサンド 牛乳						きんぴらおにぎり 牛乳						りんごパンケーキ 牛乳					
主要食材	米・茗茶						食パン・いちごジャム						米・ごぼう・人参						ホットケーキミックス・豆乳 りんご					
栄養価	I総計 - 493.0 kcal 蛋白質 17.0 g 脂質 9.1 g						I総計 - 510.0 kcal 蛋白質 20.8 g 脂質 16.4 g						I総計 - 486.0 kcal 蛋白質 15.9 g 脂質 8.7 g						I総計 - 517.0 kcal 蛋白質 20.6 g 脂質 14.6 g					

●マヨネーズは卵不使用のものを使用しております。													
●ホットケーキミックス、カレールーとシチュールーは卵・乳製品不使用のものを使用しております。													
●味噌汁は昆布だしと味噌、スープ・すまし汁は昆布だしと醤油を使用しています。													
●りんごは、産地完了期までは加熱したものを提供しています。													
※尚、天候等の都合により食材料に変更が生じる場合がございます。ご了承下さい。													

●マヨネーズは卵不使用のものを使用しております。													
●ホットケーキミックス、カレールーとシチュールーは卵・乳製品不使用のものを使用しております。													
●味噌汁は昆布だしと味噌、スープ・すまし汁は昆布だしと醤油を使用しています。													
●りんごは、産地完了期までは加熱したものを提供しています。													
※尚、天候等の都合により食材料に変更が生じる場合がございます。ご了承下さい。													

●マヨネーズは卵不使用のものを使用しております。													
●ホットケーキミックス、カレールーとシチュールーは卵・乳製品不使用のものを使用しております。													
●味噌汁は昆布だしと味噌、スープ・すまし汁は昆布だしと醤油を使用しています。													
●りんごは、産地完了期までは加熱したものを提供しています。													
※尚、天候等の都合により食材料に変更が生じる場合がございます。ご了承下さい。													

●マヨネーズは卵不使用のものを使用しております。													
●ホットケーキミックス、カレールーとシチュールーは卵・乳製品不使用のものを使用しております。													
●味噌汁は昆布だしと味噌、スープ・すまし汁は昆布だしと醤油を使用しています。													
●りんごは、産地完了期までは加熱したものを提供しています。													
※尚、天候等の都合により食材料に変更が生じる場合がございます。ご了承下さい。													

●マヨネーズは卵不使用のものを使用しております。													
●ホットケーキミックス、カレールーとシチュールーは卵・乳製品不使用のものを使用しております。													
●味噌汁は昆布だしと味噌、スープ・すまし汁は昆布だしと醤油を使用しています。													
●りんごは、産地完了期までは加熱したものを提供しています。													
※尚、天候等の都合により食材料に変更が生じる場合がございます。ご了承下さい。													

●マヨネーズは卵不使用のものを使用しております。													
●ホットケーキミックス、カレールーとシチュールーは卵・乳製品不使用のものを使用しております。													
●味噌汁は昆布だしと味噌、スープ・すまし汁は昆布だしと醤油を使用しています。													
●りんごは、産地完了期までは加熱したものを提供しています。													
※尚、天候等の都合により食材料に変更が生じる場合がございます。ご了承下さい。													

●マヨネーズは卵不使用のものを使用しております。													
●ホットケーキミックス、カレールーとシチュールーは卵・乳製品不使用のものを使用しております。													
●味噌汁は昆布だしと味噌、スープ・すまし汁は昆布だしと醤油を使用しています。													
●りんごは、産地完了期までは加熱したものを提供しています。													
※尚、天候等の都合により食材料に変更が生じる場合がございます。ご了承下さい。													

●マヨネーズは卵不使用のものを使用しております。													
●ホットケーキミックス、カレールーとシチュールーは卵・乳製品不使用のものを使用しております。													
●味噌汁は昆布だしと味噌、スープ・すまし汁は昆布だしと醤油を使用しています。													
●りんごは、産地完了期までは加熱したものを提供しています。													
※尚、天候等の都合により食材料に変更が生じる場合がございます。ご了承下さい。													

●マヨネーズは卵不使用のものを使用しております。													
●ホットケーキミックス、カレールーとシチュールーは卵・乳製品不使用のものを使用しております。													
●味噌汁は昆布だしと味噌、スープ・すまし汁は昆布だしと醤油を使用しています。													
●りんごは、産地完了期までは加熱したものを提供しています。													
※尚、天候等の都合により食材料に変更が生じる場合がございます。ご了承下さい。													

●マヨネーズは卵不使用のものを使用しております。													
●ホットケーキミックス、カレールーとシチュールーは卵・乳製品不使用のものを使用しております。													
●味噌汁は昆布だしと味噌、スープ・すまし汁は昆布だしと醤油を使用しています。													
●りんごは、産地完了期までは加熱したものを提供しています。													
※尚、天候等の都合により食材料に変更が生じる場合がございます。ご了承下さい。													

●マヨネーズは卵不使用のものを使用しております。													
●ホットケーキミックス、カレールーとシチュールーは卵・乳製品不使用のものを使用しております。													
●味噌汁は昆布だしと味噌、スープ・すまし汁は昆布だしと醤油を使用しています。													
●りんごは、産地完了期までは加熱したものを提供しています。													
※尚、天候等の都合により食材料に変更が生じる場合がございます。ご了承下さい。													

●マヨネーズは卵不使用のものを使用しております。													
●ホットケーキミックス、カレールーとシチュールーは卵・乳製品不使用のものを使用しております。													
●味噌汁は昆布だしと味噌、スープ・すまし汁は昆布だしと醤油を使用しています。													
●りんごは、産地完了期までは加熱したものを提供しています。													
※尚、天候等の都合により食材料に変更が生じる場合がございます。ご了承下さい。													

●マヨネーズは卵不使用のものを使用しております。													
●ホットケーキミックス、カレールーとシチュールーは卵・乳製品不使用のものを使用しております。													
●味噌汁は昆布だしと味噌、スープ・すまし汁は昆布だしと醤油を使用しています。													
●りんごは、産地完了期までは加熱したものを提供しています。													
※尚、天候等の都合により食材料に変更が生じる場合がございます。ご了承下さい。													

●マヨネーズは卵不使用のものを使用しております。													
●ホットケーキミックス、カレールーとシチュールーは卵・乳製品不使用のものを使用しております。													
●味噌汁は昆布だしと味噌、スープ・すまし汁は昆布だしと醤油を使用しています。													
●りんごは、産地完了期までは加熱したものを提供しています。													
※尚、天候等の都合により食材料に変更が生じる場合がございます。ご了承下さい。													

●マヨネーズは卵不使用のものを使用しております。													
●ホットケーキミックス、カレールーとシチュールーは卵・乳製品不使用のものを使用しております。													
●味噌汁は昆布だしと味噌、スープ・すまし汁は昆布だしと醤油を使用しています。													
●りんごは、産地完了期までは加熱したものを提供しています。													
※尚、天候等の都合により食材料に変更が生じる場合がございます。ご了承下さい。													

●マヨネーズは卵不使用のものを使用しております。													
●ホットケーキミックス、カレールーとシチュールーは卵・乳製品不使用のものを使用しております。													
●味噌汁は昆布だしと味噌、スープ・すまし汁は昆布だしと醤油を使用しています。													
●りんごは、産地完了期までは加熱したものを提供しています。													
※尚、天候等の都合により食材料に変更が生じる場合がございます。ご了承下さい。													

●マヨネーズは卵不使用のものを使用しております。													
●ホットケーキミックス、カレールーとシチュールーは卵・乳製品不使用のものを使用しております。													
●味噌汁は昆布だしと味噌、スープ・すまし汁は昆布だしと醤油を使用しています。													
●りんごは、産地完了期までは加熱したものを提供しています。													
※尚、天候等の都合により食材料に変更が生じる場合がございます。ご了承下さい。													

●マヨネーズは卵不使用のものを使用しております。													
●ホットケーキミックス、カレールーとシチュールーは卵・乳製品不使用のものを使用しております。													
●味噌汁は昆布だしと味噌、スープ・すまし汁は昆布だしと醤油を使用しています。													
●りんごは、産地完了期までは加熱したものを提供しています。													
※尚、天候等の都合により食材料に変更が生じる場合がございます。ご了承下さい。													

●マヨネーズは卵不使用のものを使用しております。													
●ホットケーキミックス、カレールーとシチュールーは卵・乳製品不使用のものを使用しております。													
●味噌汁は昆布だしと味噌、スープ・すまし汁は昆布だしと醤油を使用しています。													
●りんごは、産地完了期までは加熱したものを提供しています。													
※尚、天候等の都合により食材料に変更が生じる場合がございます。ご了承下さい。													

●マヨネーズは卵不使用のものを使用しております。													
●ホットケーキミックス、カレールーとシチュールーは卵・乳製品不使用のものを使用しております。													
●味噌汁は昆布だしと味噌、スープ・すまし汁は昆布だしと醤油を使用しています。													
●りんごは、産地完了期までは加熱したものを提供しています。													
※尚、天候等の都合により食材料に変更が生じる場合がございます。ご了承下さい。													

●マヨネーズは卵不使用のものを使用しております。													
●ホットケーキミックス、カレールーとシチュールーは卵・乳製品不使用のものを使用しております。													
●味噌汁は昆布だしと味噌、スープ・すまし汁は昆布だしと醤油を使用しています。													
●りんごは、産地完了期までは加熱したものを提供しています。													
※尚、天候等の都合により食材料に変更が生じる場合がございます。ご了承下さい。													

●マヨネーズは卵不使用のものを使用しております。													
●ホットケーキミックス、カレールーとシチュールーは卵・乳製品不使用のものを使用しております。													
●味噌汁は昆布だしと味噌、スープ・すまし汁は昆布だしと醤油を使用しています。													
●りんごは、産地完了期までは加熱したものを提供しています。													
※尚、天候等の都合により食材料に変更が生じる場合がございます。ご了承下さい。													

●マヨネーズは卵不使用のものを使用しております。													
●ホットケーキミックス、カレールーとシチュールーは卵・乳製品不使用のものを使用しております。													
●味噌汁は昆布だしと味噌、スープ・すまし汁は昆布だしと醤油を使用しています。													
●りんごは、産地完了期までは加熱したものを提供しています。													
※尚、天候等の都合により食材料に変更が生じる場合がございます。ご了承下さい。													

●マヨネーズは卵不使用のものを使用しております。													
●ホットケーキミックス、カレールーとシチュールーは卵・乳製品不使用のものを使用しております。													
●味噌汁は昆布だしと味噌、スープ・すまし汁は昆布だしと醤油を使用しています。													
●りんごは、産地完了期までは加熱したものを提供しています。													
※尚、天候等の都合により食材料に変更が生じる場合がございます。ご了承下さい。													

●マヨネーズは卵不使用のものを使用しております。													
●ホットケーキミックス、カレールーとシチュールーは卵・乳製品不使用のものを使用しております。													
●味噌汁は昆布だしと味噌、スープ・すまし汁は昆布だしと醤油を使用しています。													
●りんごは、産地完了期までは加熱したものを提供しています。													
※尚、天候等の都合により食材料に変更が生じる場合がございます。ご了承下さい。													

●マヨネーズは卵不使用のものを使用しております。													
●ホットケーキミックス、カレールーとシチュールーは卵・乳製品不使用のものを使用しております。													
●味噌汁は昆布だしと味噌、スープ・すまし汁は昆布だしと醤油を使用しています。													
●りんごは、産地完了期までは加熱したものを提供しています。													
※尚、天候等の都合により食材料に変更が生じる場合がございます。ご了承下さい。													

●マヨネーズは卵不使用のものを使用しております。													
●ホットケーキミックス、カレールーとシチュールーは卵・乳製品不使用のものを使用しております。													
●味噌汁は昆布だしと味噌、スープ・すまし汁は昆布だしと醤油を使用しています。													
●りんごは、産地完了期までは加熱したものを提供しています。													
※尚、天候等の都合により食材料に変更が生じる場合がございます。ご了承下さい。													

●マヨネーズは卵不使用のものを使用しております。													
●ホットケーキミックス、カレールーとシチュールーは卵・乳製品不使用のものを使用しております。													
●味噌汁は昆布だしと味噌、スープ・すまし汁は昆布だしと醤油を使用しています。													
●りんごは、産地完了期までは加熱したものを提供しています。													
※尚、天候等の都合により食材料に変更が生じる場合がございます。ご了承下さい。													

●マヨネーズは卵不使用のものを使用しております。													
●ホットケーキミックス、カレールーとシチュールーは卵・乳製品不使用のものを使用しております。													
●味噌汁は昆布だしと味噌、スープ・すまし汁は昆布だしと醤油を使用しています。													
●りんごは、産地完了期までは加熱したものを提供しています。													
※尚、天候等の都合により食材料に変更が生じる場合がございます。ご了承下さい。													

●マヨネーズは卵不使用のものを使用しております。													
●ホットケーキミックス、カレールーとシチュールーは卵・乳製品不使用のものを使用しております。													
●味噌汁は昆布だしと味噌、スープ・すまし汁は昆布だしと醤油を使用しています。													
●りんごは、産地完了期までは加熱したものを提供しています。													
※尚、天候等の都合により食材料に変更が生じる場合がございます。ご了承下さい。													

●マヨネーズは卵不使用のものを使用しております。													
●ホットケーキミックス、カレールーとシチュールーは卵・乳製品不使用のものを使用しております。													
●味噌汁は昆布だしと味噌、スープ・すまし汁は昆布だしと醤油を使用しています。													
●りんごは、産地完了期までは加熱したものを提供しています。													
※尚、天候等の都合により食材料に変更が生じる場合がございます。ご了承下さい。													

●マヨネーズは卵不使用のものを使用しております。													
●ホットケーキミックス、カレールーとシチュールーは卵・乳製品不使用のものを使用しております。													
●味噌汁は昆布だしと味噌、スープ・すまし汁は昆布だしと醤油を使用しています。													
●りんごは、産地完了期までは加熱したものを提供しています。													
※尚、天候等の都合により食材料に変更が生じる場合がございます。ご了承下さい。													

●マヨネーズは卵不使用のものを使用しております。													
●ホットケーキミックス、カレールーとシチュールーは卵・乳製品不使用のものを使用しております。													
●味噌汁は昆布だしと味噌、スープ・すまし汁は昆布だしと醤油を使用しています。													
●りんごは、産地完了期までは加熱したものを提供しています。													
※尚、天候等の都合により食材料に変更が生じる場合がございます。ご了承下さい。													

●マヨネーズは卵不使用のものを使用しております。													
●ホットケーキミックス、カレールーとシチュールーは卵・乳製品不使用のものを使用しております。													
●味噌汁は昆布だしと味噌、スープ・すまし汁は昆布だしと醤油を使用しています。													
●りんごは、産地完了期までは加熱したものを提供しています。													
※尚、天候等の都合により食材料に変更が生じる場合がございます。ご了承下さい。													

●マヨネーズは卵不使用のものを使用しております。													
●ホットケーキミックス、カレールーとシチュールーは卵・乳製品不使用のものを使用しております。													
●味噌汁は昆布だしと味噌、スープ・すまし汁は昆布だしと醤油を使用しています。													
●りんごは、産地完了期までは加熱したものを提供しています。													
※尚、天候等の都合により食材料に変更が生じる場合がございます。ご了承下さい。													

●マヨネーズは卵不使用のものを使用しております。													
●ホットケーキミックス、カレールーとシチュールーは卵・乳製品不使用のものを使用しております。													
●味噌汁は昆布だしと味噌、スープ・すまし汁は昆布だしと醤油を使用しています。													
●りんごは、産地完了期までは加熱したものを提供しています。													
※尚、天候等の都合により食材料に変更が生じる場合がございます。ご了承下さい。													

●マヨネーズは卵不使用のものを使用しております。													
●ホットケーキミックス、カレールーとシチュールーは卵・乳製品不使用のものを使用しております。													
●味噌汁は昆布だしと味噌、スープ・すまし汁は昆布だしと醤油を使用しています。													
●りんごは、産地完了期までは加熱したものを提供しています。													
※尚、天候等の都合により食材料に変更が生じる場合がございます。ご了承下さい。													

●マヨネーズは卵不使用のものを使用しております。													
●ホットケーキミックス、カレールーとシチュールーは卵・乳製品不使用のものを使用しております。													
●味噌汁は昆布だしと味噌、スープ・すまし汁は昆布だしと醤油を使用しています。													
●りんごは、産地完了期までは加熱したものを提供しています。													
※尚、天候等の都合により食材料に変更が生じる場合がございます。ご了承下さい。													

●マヨネーズは卵不使用のものを使用しております。													
●ホットケーキミックス、カレールーとシチュールーは卵・乳製品不使用のものを使用しております。													
●味噌汁は昆布だしと味噌、スープ・すまし汁は昆布だしと醤油を使用しています。													
●りんごは、産地完了期までは加熱したものを提供しています。													
※尚、天候等の都合により食材料に変更が生じる場合がございます。ご了承下さい。													

●マヨネーズは卵不使用のものを使用しております。													
●ホットケーキミックス、カレールーとシチュールーは卵・乳製品不使用のものを使用しております。													
●味噌汁は昆布だしと味噌、スープ・すまし汁は昆布だしと醤油を使用しています。													
●りんごは、産地完了期までは加熱したものを提供しています。													
※尚、天候等の都合により食材料に変更が生じる場合がございます。ご了承下さい。													

●マヨネーズは卵不使用のものを使用しております。													
●ホットケーキミックス、カレールーとシチュールーは卵・乳製品不使用のものを使用しております。													
●味噌汁は昆布だしと味噌、スープ・すまし汁は昆布だしと醤油を使用しています。													
●りんごは、産地完了期までは加熱したものを提供しています。													
※尚、天候等の都合により食材料に変更が生じる場合がございます。ご了承下さい。													

●マヨネーズは卵不使用のものを使用しております。													
●ホットケーキミックス、カレールーとシチュールーは卵・乳製品不使用のものを使用しております。													
●味噌汁は昆布だしと味噌、スープ・すまし汁は昆布だしと醤油を使用しています。													
●りんごは、産地完了期までは加熱したものを提供しています。													
※尚、天候等の都合により食材料に変更が生じる場合がございます。ご了承下さい。													

●マヨネーズは卵不使用のものを使用しております。													
●ホットケーキミックス、カレールーとシチュールーは卵・乳製品不使用のものを使用しております。													
●味噌汁は昆布だしと味噌、スープ・すまし汁は昆布だしと醤油を使用しています。													
●りんごは、産地完了期までは加熱したものを提供しています。													
※尚、天候等の都合により食材料に変更が生じる場合がございます。ご了承下さい。													

●マヨネーズは卵不使用のものを使用しております。													
●ホットケーキミックス、カレールーとシチュールーは卵・乳製品不使用のものを使用しております。													
●味噌汁は昆布だしと味噌、スープ・すまし汁は昆布だしと醤油を使用しています。													
●りんごは、産地完了期までは加熱したものを提供しています。													
※尚、天候等の都合により食材料に変更が生じる場合がございます。ご了承下さい。													

●マヨネーズは卵不使用のものを使用しております。													
●ホットケーキミックス、カレールーとシチュールーは卵・乳製品不使用のものを使用しております。													
●味噌汁は昆布だしと味噌、スープ・すまし汁は昆布だしと醤油を使用しています。													
●りんごは、産地完了期までは加熱したものを提供しています。													
※尚、天候等の都合により食材料に変更が生じる場合がございます。ご了承下さい。													

●マヨネーズは卵不使用のものを使用しております。													
●ホットケーキミックス、カレールーとシチュールーは卵・乳製品不使用のものを使用しております。													
●味噌汁は昆布だしと味噌、スープ・すまし汁は昆布だしと醤油を使用しています。													
●りんごは、産地完了期までは加熱したものを提供しています。													
※尚、天候等の都合により食材料に変更が生じる場合がございます。ご了承下さい。													

●マヨネーズは卵不使用のものを使用しております。													
●ホットケーキミックス、カレールーとシチュールーは卵・乳製品不使用のものを使用しております。													
●味噌汁は昆布だしと味噌、スープ・すまし汁は昆布だしと醤油を使用しています。													
●りんごは、産地完了期までは加熱したものを提供しています。													
※尚、天候等の都合により食材料に変更が生じる場合がございます。ご了承下さい。													

●マヨネーズは卵不使用のものを使用しております。													
●ホットケーキミックス、カレールーとシチュールーは卵・乳製品不使用のものを使用しております。													
●味噌汁は昆布だしと味噌、スープ・すまし汁は昆布だしと醤油を使用しています。													
●りんごは、産地完了期までは加熱したものを提供しています。													
※尚、天候等の都合により食材料に変更が生じる場合がございます。ご了承下さい。													

●マヨネーズは卵不使用のものを使用しております。													
●ホットケーキミックス、カレールーとシチュールーは卵・乳製品不使用のものを使用しております。													
●味噌汁は昆布だしと味噌、スープ・すまし汁は昆布だしと醤油を使用しています。													
●りんごは、産地完了期までは加熱したものを提供しています。													
※尚、天候等の都合により食材料に変更が生じる場合がございます。ご了承下さい。													

●マヨネーズは卵不使用のものを使用しております。													
●ホットケーキミックス、カレールーとシチュールーは卵・乳製品不使用のものを使用しております。													
●味噌汁は昆布だしと味噌、スープ・すまし汁は昆布だしと醤油を使用しています。													
●りんごは、産地完了期までは加熱したものを提供しています。													
※尚、天候等の都合により食材料に変更が生じる場合がございます。ご了承下さい。													

●マヨネーズは卵不使用のものを使用しております。													
●ホットケーキミックス、カレールーとシチュールーは卵・乳製品不使用のものを使用しております。													
●味噌汁は昆布だしと味噌、スープ・すまし汁は昆布だしと醤油を使用しています。													
●りんごは、産地完了期までは加熱したものを提供しています。													
※尚、天候等の都合により食材料に変更が生じる場合がございます。ご了承下さい。													

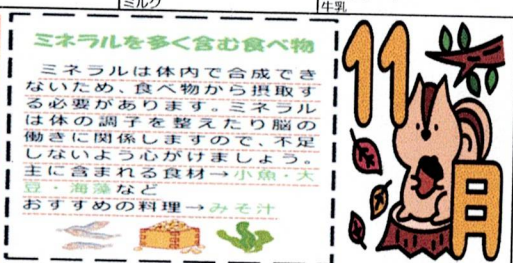
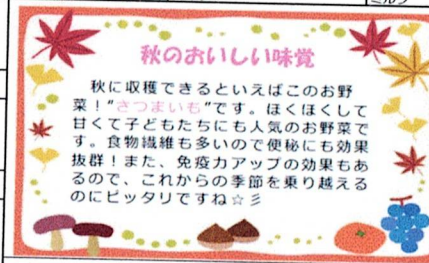
●マヨネーズは卵不使用のものを使用しております。													

2025年11月

予定献立表・離乳食

ルンルンちゃいるど保育園

目安月			初期 5・6か月頃	中期 7・8か月頃	後期 9～11か月頃	完了期 12～18か月頃	目安月			初期 5・6か月頃	中期 7・8か月頃	後期 9～11か月頃	完了期 12～18か月頃
土	1	昼食	煮込みうどん すりながし すりながし ミルク	野菜煮込みうどん 煮物 和え物 ミルク	野菜煮込みうどん 煮物 和え物 ミルク	野菜味噌うどん 煮物 和え物 フルーツ	火	18	昼食	おかゆ 白身魚のすりながし 白身魚のすりながし スープ ミルク	おかゆ 白身魚のすりながし 白身魚のすりながし スープ ミルク	軟飯 白身魚のすりながし 白身魚のすりながし スープ ミルク	ごはん 白身魚のすりながし 白身魚のすりながし スープ ミルク
		おやつ	ミルク	ミルク	ホットケーキ ミルク	ホットケーキ 牛乳			おやつ	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク
月	3	昼食					水	19	昼食	おかゆ じゃが芋のすりながし じゃが芋のすりながし スープ ミルク	おかゆ じゃが芋のすりながし じゃが芋のすりながし スープ ミルク	軟飯 じゃが芋のすりながし じゃが芋のすりながし スープ ミルク	ごはん じゃが芋のすりながし じゃが芋のすりながし スープ ミルク
		おやつ							おやつ	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク
火	4	昼食	おかゆ 豆腐のすりながし フロッコリーのすりながし スープ ミルク	おかゆ 豆腐のすりながし フロッコリーのすりながし スープ ミルク	軟飯 豆腐のすりながし フロッコリーのすりながし スープ ミルク	ごはん 豆腐のすりながし フロッコリーのすりながし スープ ミルク	木	20	昼食	おかゆ 豆腐のすりながし フロッコリーのすりながし スープ ミルク	おかゆ 豆腐のすりながし フロッコリーのすりながし スープ ミルク	軟飯 豆腐のすりながし フロッコリーのすりながし スープ ミルク	ごはん 豆腐のすりながし フロッコリーのすりながし スープ ミルク
		おやつ	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク			おやつ	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク
水	5	昼食	おかゆ じゃが芋のすりながし じゃが芋のすりながし スープ ミルク	おかゆ じゃが芋のすりながし じゃが芋のすりながし スープ ミルク	軟飯 じゃが芋のすりながし じゃが芋のすりながし スープ ミルク	ごはん じゃが芋のすりながし じゃが芋のすりながし スープ ミルク	金	21	昼食	おかゆ じゃが芋のすりながし じゃが芋のすりながし スープ ミルク	おかゆ じゃが芋のすりながし じゃが芋のすりながし スープ ミルク	軟飯 じゃが芋のすりながし じゃが芋のすりながし スープ ミルク	ごはん じゃが芋のすりながし じゃが芋のすりながし スープ ミルク
		おやつ	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク			おやつ	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク
木	6	昼食	おかゆ 大根のすりながし 南豆のすりながし スープ ミルク	おかゆ 大根のすりながし 南豆のすりながし スープ ミルク	軟飯 大根のすりながし 南豆のすりながし スープ ミルク	ごはん 大根のすりながし 南豆のすりながし スープ ミルク	土	22	昼食	おかゆ 大根のすりながし 南豆のすりながし スープ ミルク	おかゆ 大根のすりながし 南豆のすりながし スープ ミルク	軟飯 大根のすりながし 南豆のすりながし スープ ミルク	ごはん 大根のすりながし 南豆のすりながし スープ ミルク
		おやつ	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク			おやつ	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク
金	7	昼食	おかゆ さつまいものすりながし さつまいものすりながし スープ ミルク	おかゆ さつまいものすりながし さつまいものすりながし スープ ミルク	軟飯 さつまいものすりながし さつまいものすりながし スープ ミルク	ごはん さつまいものすりながし さつまいものすりながし スープ ミルク	月	24	昼食	おかゆ さつまいものすりながし さつまいものすりながし スープ ミルク	おかゆ さつまいものすりながし さつまいものすりながし スープ ミルク	軟飯 さつまいものすりながし さつまいものすりながし スープ ミルク	ごはん さつまいものすりながし さつまいものすりながし スープ ミルク
		おやつ	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク			おやつ	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク
土	8	昼食	煮込みうどん すりながし すりながし ミルク	野菜煮込みうどん 煮物 和え物 ミルク	野菜煮込みうどん 煮物 和え物 ミルク	野菜味噌うどん 煮物 和え物 フルーツ	火	25	昼食	おかゆ 大根のすりながし 大根のすりながし スープ ミルク	おかゆ 大根のすりながし 大根のすりながし スープ ミルク	軟飯 大根のすりながし 大根のすりながし スープ ミルク	ごはん 大根のすりながし 大根のすりながし スープ ミルク
		おやつ	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク			おやつ	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク
月	10	昼食	おかゆ 白身魚のすりながし 白身魚のすりながし スープ ミルク	おかゆ 白身魚のすりながし 白身魚のすりながし スープ ミルク	軟飯 白身魚のすりながし 白身魚のすりながし スープ ミルク	ごはん 白身魚のすりながし 白身魚のすりながし スープ ミルク	水	26	昼食	おかゆ 白身魚のすりながし 白身魚のすりながし スープ ミルク	おかゆ 白身魚のすりながし 白身魚のすりながし スープ ミルク	軟飯 白身魚のすりながし 白身魚のすりながし スープ ミルク	ごはん 白身魚のすりながし 白身魚のすりながし スープ ミルク
		おやつ	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク			おやつ	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク
火	11	昼食	おかゆ 豆腐のすりながし 豆腐のすりながし スープ ミルク	おかゆ 豆腐のすりながし 豆腐のすりながし スープ ミルク	軟飯 豆腐のすりながし 豆腐のすりながし スープ ミルク	ごはん 豆腐のすりながし 豆腐のすりながし スープ ミルク	木	27	昼食	おかゆ 豆腐のすりながし 豆腐のすりながし スープ ミルク	おかゆ 豆腐のすりながし 豆腐のすりながし スープ ミルク	軟飯 豆腐のすりながし 豆腐のすりながし スープ ミルク	ごはん 豆腐のすりながし 豆腐のすりながし スープ ミルク
		おやつ	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク			おやつ	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク
水	12	昼食	おかゆ 白身魚のすりながし 白身魚のすりながし スープ ミルク	おかゆ 白身魚のすりながし 白身魚のすりながし スープ ミルク	軟飯 白身魚のすりながし 白身魚のすりながし スープ ミルク	ごはん 白身魚のすりながし 白身魚のすりながし スープ ミルク	金	28	昼食	おかゆ 白身魚のすりながし 白身魚のすりながし スープ ミルク	おかゆ 白身魚のすりながし 白身魚のすりながし スープ ミルク	軟飯 白身魚のすりながし 白身魚のすりながし スープ ミルク	ごはん 白身魚のすりながし 白身魚のすりながし スープ ミルク
		おやつ	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク			おやつ	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク
木	13	昼食	おかゆ フロッコリーのすりながし フロッコリーのすりながし スープ ミルク	おかゆ フロッコリーのすりながし フロッコリーのすりながし スープ ミルク	軟飯 フロッコリーのすりながし フロッコリーのすりながし スープ ミルク	ごはん フロッコリーのすりながし フロッコリーのすりながし スープ ミルク	土	29	昼食	おかゆ フロッコリーのすりながし フロッコリーのすりながし スープ ミルク	おかゆ フロッコリーのすりながし フロッコリーのすりながし スープ ミルク	軟飯 フロッコリーのすりながし フロッコリーのすりながし スープ ミルク	ごはん フロッコリーのすりながし フロッコリーのすりながし スープ ミルク
		おやつ	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク			おやつ	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク
金	14	昼食	おかゆ 南豆のすりながし 南豆のすりながし スープ ミルク	おかゆ 南豆のすりながし 南豆のすりながし スープ ミルク	軟飯 南豆のすりながし 南豆のすりながし スープ ミルク	ごはん 南豆のすりながし 南豆のすりながし スープ ミルク							
		おやつ	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク							
土	15	昼食	煮込みうどん すりながし すりながし ミルク	野菜煮込みうどん 煮物 和え物 ミルク	野菜煮込みうどん 煮物 和え物 ミルク	野菜味噌うどん 煮物 和え物 フルーツ							
		おやつ	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク							
月	17	昼食	おかゆ フロッコリーのすりながし フロッコリーのすりながし スープ ミルク	おかゆ フロッコリーのすりながし フロッコリーのすりながし スープ ミルク	軟飯 フロッコリーのすりながし フロッコリーのすりながし スープ ミルク	ごはん フロッコリーのすりながし フロッコリーのすりながし スープ ミルク							
		おやつ	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク							



※尚、天候等の都合により食材材料に変更が生じる場合がございます。ご了承下さい。
 ※※味噌汁は昆布だしと味噌、スープ・すまし汁は昆布だしと鶏油を使用しています。

株式会社 セプト