2026年 11月分献立表

ふらっと保育園

日／曜	中期食 午前	中期食 午後	後期食 午前	後期食 午後	完了食 献立	おやつ 午前	おやつ 午後
2／月			軟飯 豚ひき肉とピーマンの炒め物 みそ汁（かぶ、しめじ） 麦茶	軟飯 キャベツと胡瓜のサラダ みそ汁（玉ねぎ） 麦茶	ドライカレー さわやかキャベツ スープ（かぶ、しめじ） 麦茶	クラッカー 麦茶 牛乳	手作りゼリー（りんご） ビスケット 麦茶、牛乳
4／水			軟飯 豆腐と人参の煮物 みそ汁（わかめ） 麦茶	軟飯 ブロッコリーの鶏そぼろ煮 みそ汁（キャベツ） 麦茶	ごはん 豆腐のミートソース焼き ブロッコリーとれんこんの みそ汁（キャベツ、わかめ） 麦茶	ビスケット 麦茶 牛乳	鶏南蛮うどん 麦茶 牛乳
5／木			軟飯 煮魚（さけ） みそ汁（いんげん、麸） 麦茶	軟飯 里芋と人参の煮物 みそ汁（コーン、玉ねぎ） 麦茶	ごはん 揚鮭の野菜しょうゆあん 里芋のサラダ みそ汁（大根、豆苗） 麦茶	ヨーグルト 麦茶	ゆかりおにぎり 麦茶 牛乳
6／金			軟飯 豚ひき肉とパプリカの炒め煮 みそ汁（小松菜） 麦茶	やわらかきなこマカロニ キャベツと玉ねぎのスープ 麦茶	ごはん ポークみそ焼き キャベツとひじきの和風サ すまし汁（小松菜、にんじん 麦茶	せんべい 麦茶 牛乳	きなこマカロニ 麦茶 牛乳
7／土			やわらか豚肉うどん （人参） きざみ果物（パイン缶） 麦茶	軟飯 おかかオクラ コーンとわかめのスープ 麦茶	五目わかめラーメン オクラのおかか和え 果物（パイン缶） 麦茶	クッキー 麦茶 牛乳	スティックパン 麦茶 牛乳
9／月			軟飯 豆腐の味噌煮 みそ汁（胡瓜、麸） 麦茶	一口チーズ食パン 人参スープ 麦茶	鰺のかば焼き丼 切干のはりはり漬け みそ汁（豆腐、なめこ） 麦茶	クラッカー 麦茶 牛乳	コーンマヨチーズトースト 麦茶 牛乳
10／火			軟飯 煮魚（さわら） みそ汁（人参、ネギ） 麦茶	軟飯 さつま芋のヨーグルトサラダ みそ汁（大根） 麦茶	ごはん 鰆の中華漬け焼き さつま芋のレモン煮 豚汁 麦茶	せんべい 麦茶 牛乳	フルーツもりもりヨーグルト（ クラッカー 麦茶
11／水			軟飯 豚肉と大根の煮物 みそ汁（もやし、わかめ） 麦茶	一口みそおにぎり パプリカと玉ねぎのスープ煮 麦茶	ごはん プルコギ スープ（わかめ、もやし） 果物（柿） 麦茶	ビスケット 麦茶 牛乳	五平もち 麦茶 牛乳
12／木			軟飯 煮魚（カレイ） みそ汁（小松菜、麸） 麦茶	コーンフレークの牛乳煮 ブロッコリーとパプリカの煮物 麦茶	ごはん かれいの煮物 ブロッコリーとウインナー みそ汁（小松菜、舞茸） 麦茶	ヨーグルト 麦茶	グラノーラクッキー 麦茶 牛乳
13／金			やわらか鶏椎茸そうめん きざみ果物（りんご） 麦茶	軟飯 煮魚（たら） みそ汁（白菜、人参） 麦茶	【七五三】 赤飯 鱈の照り焼き 白菜と春菊のサラダ そうめん汁 麦茶	せんべい 麦茶 牛乳	【七五三おやつ】 紅白マーブル蒸しパン 麦茶、牛乳
14／土			やわらか野菜うどん （玉ねぎ、にんじん） きざみ果物（みかん缶） 麦茶	軟飯 ツナ胡瓜和え みそ汁（さつま芋） 麦茶	かき揚げうどん もやしと胡瓜の中華風ツナ和 果物(みかん缶) 麦茶	クッキー 麦茶 牛乳	黒糖パン 麦茶 牛乳

2026年 11月分献立表

ふらっと保育園

日／曜	中期食 午前	中期食 午後	後期食 午前	後期食 午後	完了食 献立	おやつ	午　前 / 午　後
16／月			軟飯 豚ひき肉とピーマンの炒め煮 みそ汁（かぶ、しめじ） 麦茶	軟飯 キャベツと胡瓜のサラダ みそ汁（玉ねぎ） 麦茶	ドライカレー さわやかキャベツ スープ（かぶ、しめじ） 麦茶	クラッカー 麦茶 牛乳 手作りゼリー（りんご） ビスケット 麦茶、牛乳	
17／火			軟飯 カレイのおろし煮 みそ汁（茄子、人参） 麦茶	軟飯 さつま芋の煮物 みそ汁（小松菜、えのき） 麦茶	ごはん 鯖のおろし煮 えのきと小松菜のナムル みそ汁（茄子、人参） 麦茶	せんべい 麦茶 牛乳 焼きいも（さつまいも） 麦茶 牛乳	
18／水			軟飯 豆腐と人参の煮物 みそ汁（わかめ） 麦茶	軟飯 ブロッコリーと鶏そぼろ煮 みそ汁（キャベツ） 麦茶	ごはん 豆腐のミートソース焼き ブロッコリーとれんこんの みそ汁（キャベツ、わかめ） 麦茶	ビスケット 麦茶 牛乳 鶏南蛮うどん 麦茶 牛乳	
19／木			軟飯 煮魚（さけ） みそ汁（いんげん、麸） 麦茶	軟飯 里芋と人参の煮物 みそ汁（コーン、玉ねぎ） 麦茶	ごはん 揚鮭の野菜しょうゆあん 里芋のサラダ みそ汁（大根、豆苗） 麦茶	ヨーグルト 麦茶 ゆかりおにぎり 麦茶 牛乳	
20／金			軟飯 豚ひき肉とパプリカの炒め煮 みそ汁（小松菜） 麦茶	やわらかきなこマカロニ キャベツと玉ねぎのスープ 麦茶	ごはん ポークみそ焼き キャベツとひじきの和風サ すまし汁（小松菜、にんじん 麦茶	せんべい 麦茶 牛乳 きなこマカロニ 麦茶 牛乳	
21／土			やわらか豚肉うどん （人参） きざみ果物（パイン缶） 麦茶	軟飯 おかかオクラ コーンとわかめのスープ 麦茶	五目わかめラーメン オクラのおかか和え 果物（パイン缶） 麦茶	クッキー 麦茶 牛乳 スティックパン 麦茶 牛乳	
24／火			軟飯 煮魚（さわら） みそ汁（人参、ネギ） 麦茶	軟飯 さつま芋のヨーグルトサラダ みそ汁（大根） 麦茶	ごはん 鰆の中華漬け焼き さつま芋のレモン煮 豚汁 麦茶	せんべい 麦茶 牛乳 フルーツもりもりヨーグルト（ クラッカー 麦茶	
25／水			軟飯 豚肉と大根の煮物 みそ汁（もやし、わかめ） 麦茶	一口みそおにぎり パプリカと玉ねぎのスープ煮 麦茶	ごはん プルコギ スープ（わかめ、もやし） 果物（柿） 麦茶	ビスケット 麦茶 牛乳 五平もち 麦茶 牛乳	
26／木			軟飯 鶏肉の照り煮 みそ汁（ブロッコリー、人参） 麦茶	やわらかベーコントマトマカロニ （玉ねぎ） きざみ果物（りんご） 麦茶	【お誕生日会】 照り焼きチキンバーガー ミネストローネ 果物（りんご） 麦茶	ヨーグルト 麦茶 【お誕生日会おやつ】 お誕生日ケーキ 麦茶、牛乳	
27／金			軟飯 煮魚（カレイ） みそ汁（小松菜、麸） 麦茶	コーンフレークの牛乳煮 ブロッコリーとパプリカの煮物 麦茶	ごはん かれいの煮物 ブロッコリーとウインナー みそ汁（小松菜、舞茸） 麦茶	せんべい 麦茶 牛乳 グラノーラクッキー 麦茶 牛乳	
28／土			やわらか野菜うどん （玉ねぎ、にんじん） きざみ果物（みかん缶） 麦茶	軟飯 ツナ胡瓜和え みそ汁（さつま芋） 麦茶	かき揚げうどん もやしと胡瓜の中華風ツナ和 果物(みかん缶) 麦茶	クッキー 麦茶 牛乳 黒糖パン 麦茶 牛乳	
30／月			軟飯 豆腐のみそ煮 みそ汁（胡瓜、麸） 麦茶	一口チーズ食パン 人参スープ 麦茶	鰺のかば焼き丼 切干のはりはり漬け みそ汁（豆腐、なめこ） 麦茶	クラッカー 麦茶 牛乳 コーンマヨチーズトースト 麦茶 牛乳	

※材料の都合により、献立は変更になる場合がございますので予めご了承ください。