2026ねん　11がつ　よていこんだてひょう

わらべみどり保育園

日	曜日	ごっくん期（初期）	もぐもぐ期（中期）・かみかみ期（後期）			
			午前食		午後食	
		献立名	献立名	食材	献立名	食材
2 16	月	おかゆ 豆腐とかぼちゃの煮物 ほうれん草と大根のスープ	ほうれん草粥 豆腐とかぼちゃの煮物	米　絹豆腐　かぼちゃ ほうれん草　大根 野菜だし　醤油	おかゆ じゃが芋とツナの煮物 人参の味噌汁	米　ツナ　じゃが芋 人参　玉ねぎ 野菜だし　醤油　味噌
4 18	水	おかゆ かれいと小松菜の煮物 トマトと人参のスープ	トマト入り雑炊 かれいと小松菜の煮物	米　かれい　小松菜 トマト缶　人参 野菜だし　醤油	パン 豆腐とさつま芋の煮物 白菜のスープ	パン　絹豆腐　さつま芋 白菜　大根 野菜だし　醤油
5 19	木	おかゆ しらすと人参の煮物 キャベツときゅうりのスープ	おかゆ しらすと人参の煮物 キャベツときゅうりのスープ	米　しらす干し　人参 キャベツ　きゅうり 野菜だし　醤油	おかゆ じゃが芋のそぼろ煮 わかめの味噌汁	米　鶏挽肉　じゃが芋 わかめ　玉ねぎ 野菜だし　醤油　味噌
6 20	金	おかゆ 豆腐とさつま芋の煮物 もやしと人参のスープ	おかゆ 豆腐とさつま芋の煮物 もやしと人参のスープ	米 絹豆腐　さつま芋 もやし　人参 野菜だし　醤油	おかゆ 鶏と人参の煮物 ほうれん草のスープ	米　鶏ささみ　人参 ほうれん草　大根 野菜だし　醤油
7 21	土	おかゆ 豆腐とじゃが芋の煮物 チンゲン菜と人参のスープ	人参粥 豆腐とじゃが芋の煮物	米　絹豆腐　じゃが芋 チンゲン菜　人参 野菜だし　醤油	おかゆ 白菜のそぼろ煮 玉ねぎのスープ	米　鶏挽肉　白菜 玉ねぎ　人参 野菜だし　醤油
9 30	月	おかゆ 豆腐と人参の煮物 ほうれん草とさつま芋のスープ	さつま芋粥 豆腐と人参の煮物	米　絹豆腐　人参 さつま芋　ほうれん草 野菜だし　醤油	おかゆ ツナとさつま芋の煮物 なすの味噌汁	米　ツナ　さつま芋 なす　玉ねぎ 野菜だし　醤油　味噌
10 24	火	おかゆ かれいと小松菜の煮物 白菜と人参のスープ	おかゆ かれいと小松菜の煮物 白菜のスープ	米　かれい　小松菜 白菜　人参 野菜だし　醤油	おかゆ 鶏と大根の煮物 キャベツのスープ	米　鶏ささみ　大根 キャベツ　きゅうり 野菜だし　醤油
11 25	水	おかゆ 豆腐ときゅうりの煮物 かぼちゃとチンゲン菜のスープ	おかゆ 豆腐ときゅうりの煮物 かぼちゃとチンゲン菜のスープ	米 絹豆腐　きゅうり かぼちゃ　チンゲン菜 野菜だし　醤油	おかゆ ツナとじゃが芋の煮物 人参の味噌汁	米　ツナ　じゃが芋 人参　玉ねぎ 野菜だし　醤油　味噌
12 26	木	おかゆ しらすと白菜の煮物 小松菜と人参のスープ	おかゆ しらすと白菜の煮物 小松菜と人参のスープ	米　しらす干し　白菜 小松菜　人参 野菜だし　醤油	おかゆ かぼちゃのそぼろ煮 わかめの味噌汁	米　鶏挽肉　かぼちゃ わかめ　白菜 野菜だし　醤油　味噌
13 27	金	おかゆ 豆腐と人参の煮物 ブロッコリーとトマトのスープ	トマト粥 豆腐と人参の煮物	米　トマト缶　ブロッコリー 絹豆腐　人参 野菜だし　醤油	パン 鶏とひじきの煮物 もやしのスープ	パン　鶏ささみ　キャベツ　ひじき もやし　小松菜 野菜だし　醤油
14 28	土	おかゆ しらすと人参の煮物 かぼちゃと白菜のスープ	かぼちゃ入り雑炊 しらすと人参の煮物	米　しらす干し　人参 かぼちゃ　白菜 野菜だし　醤油	おかゆ 小松菜のそぼろ煮 玉ねぎの味噌汁	米　鶏挽肉　小松菜 玉ねぎ　人参 野菜だし　醤油　味噌
17	火	おかゆ しらすとじゃが芋の煮物 きゅうりと玉ねぎのスープ	おかゆ しらすとじゃが芋の煮物 きゅうりと玉ねぎのスープ	米　しらす干し　じゃが芋 きゅうり　玉ねぎ 野菜だし　醤油	おかゆ 鶏と人参の煮物 キャベツの味噌汁	米　鶏ささみ　人参 キャベツ　ほうれん草 野菜だし　醤油　味噌

◎食材の入荷状況により、変更になる場合がありますのでご了承ください。

◎ごっくん期は献立名に記載されている食材と野菜だし、片栗粉を使用しております。

◎もぐもぐ期、かみかみ期のパンは米パンを使用しております。

◎もぐもぐ期は記載されている食材と片栗粉を使用し、パンの時はパン粥となります。

◎かみかみ期はおかゆと記載されているところは軟飯になります。

園長	主任	栄養士