

11月のメニュー

2025年

認定こども園 ひろせ保育園

	月	火	水	木	金	土
昼食 おやつ	11月の食育行事は収穫芋煮会です。 子どもたちは10月にさつまいも堀りで収穫の秋を体験しました。次は大鍋でさつまいも汁を作る味覚の秋を体験します。虫ぐみさんは野菜切りと豆腐を手の平の上で切ることに挑戦します。他のクラスのおともたちもおにぎり作りにチャレンジします。 感謝の気持ちとともにいただきます。 ※金芽米を使っています			「く干し柿クッキー」 月ぐみさんと虫ぐみさんが挑戦します。ヒールを使って柿の皮をむき固結びで柿をひもにくくりつけます。事務室前のテラスで2週間ほど乾燥させます。色や形の変化を観察しながら子どもたちは食べられる日を待ちにしています。		1. 焼肉丼 大根と厚あげの煮物 チーズ/食べるいりこ
						バナナ スイーツ 牛乳
昼食 おやつ	3. 文化の日 	4. 鮭のコーンマヨ焼き キャベツのナムル ひとくちさつま 豆腐とワカメの みそ汁 オレンジ	5. ヤンニョムチキン 刻み昆布の酢の物 ほうれんそう 五目スープ りんご	6. さつまいもごはん 鶏レバーの 甘辛生姜煮 キャベツのツナあえ ブロッコリー 大根とあげのみそ汁 柿	7. 麦ごはん さばのカレー煮 ひじきの煮物 こまつな にゅうめん汁 バナナ	8. 生活発表会 
		豆乳レーズン スコーン 牛乳	マカロニきなこ 牛乳	ジャムサンド 牛乳	みそ焼きおにぎり お茶	
昼食 おやつ	10. お好みハンバーグ 切干大根の 塩昆布あえ ブロッコリー のっぺい汁 りんご	11. あじの香り焼き ほうれん草と コーンのあえ物 ひとくちかぼちゃ 豆乳みそ汁	12. 収穫芋煮会 	13. 天然酵母パン ポークチャップ かぼちゃの黒ごま煮 ほうれんそう 野菜スープ オレンジ	14. 雑穀ごはん 赤魚のフィレンツェ 揚げ スパサラダ ブロッコリー 豆腐となめこのみそ汁 柿	15. トマト風味の ハヤシライス ブロッコリーと コーンのサラダ 食べるいりこ
	きなこトースト 牛乳	フルーツヨーグルト お茶	チーズマフィン 牛乳	ツナコーンおにぎり お茶	大学いも 牛乳	バナナ スイーツ 牛乳
昼食 おやつ	17. 肉じゃが こまつなの ドレッシングあえ ブロッコリー もやしとワカメの みそ汁 りんご	18. さばのごまだれ焼き 五目白あえ ひとくちさつま 玉ねぎとあげの みそ汁 オレンジ	19. お誕生日 スペシャル 	20. 八宝菜 さつまいもの甘煮 ブロッコリー 豆腐とワカメの みそ汁 バナナ	21. 麦ごはん あじの香り焼き ツナと里芋のサラダ こまつな 白菜とあげのみそ汁 オレンジ	22. 麻婆豆腐丼 キャベツの香りあえ チーズ/食べるいりこ
	手作りピザ 牛乳	豆乳くずもち 牛乳	お楽しみ バイキング	ピーチケーキ 牛乳	焼きそば 牛乳	バナナ スイーツ 牛乳
昼食 おやつ	24. 振替休日 	25. 鮭のオーロラソース 焼き もやしと人参の ごまあえ ブロッコリー けんちん汁	26. 鶏つくね キャベツの じゃこサラダ こまつな 切干大根と ワカメのみそ汁 りんご	27. ミートスパゲティ ひじきとツナの マリネ ブロッコリー ワカメスープ オレンジ	28. 雑穀ごはん さばのみそ煮 ほうれん草のお浸し ひとくちさつま 野菜たっぷりみそ汁	29. 保育参観 親子レクリエーション 給食試食会 
		フルーツゼリー お茶	さつまいも蒸しパン 牛乳	野菜チャーハン お茶	ホットビスケット 牛乳	

11月の離乳食メニュー(11/1～11/15)

2025年

認定こども園 ひろせ保育園

		月	火	水	木	金	土
5～8ヶ月頃	補食	手づかみ食べをしっかりとさせましょう 10か月頃からは食べ物を手づかみで食べようとする赤ちゃんが増えます。 手づかみ食べは目で見て食べ物だと認識し、つかみとして固さを実感し、口に運んで食べるための<u>適量</u>や<u>運ぶ場所</u>などを知ります。 自分の口にはどれくらい入るのか、柔らかいもの、固いものを持つ手加減などを学んでいきます。 サデたにんじんやトーストなどをスティック状に切ったもの、ひと口大のおにぎりやおやきなど手づかみしやすいメニューを用意しましょう。 手づかみ食べをさせることで自分で食べる意欲が育ちます。					1. フルーツ
	昼食						全がゆ～10倍がゆ 人参、たまねぎ、大根 しらす だし(昆布)
	おやつ						バナナ ミルク
9～11ヶ月頃	補食						1. フルーツ
	昼食						全がゆ～軟飯 人参、たまねぎ、大根 しらす 焼肉丼 大根と厚揚げの煮物
	おやつ						バナナ ミルク
5～8ヶ月頃	補食	3. 文化の日 	4. フルーツ 全がゆ～10倍がゆ 人参、たまねぎ、キャベツ、さつまいも 豆腐 だし(昆布) 蒸しパン ミルク	5. フルーツ 全がゆ～10倍がゆ 人参、たまねぎ、ほうれんそう ささ身 だし(昆布) おかゆ ミルク	6. フルーツ 全がゆ～10倍がゆ 人参、キャベツ、さつまいも、ブロッコリー しらす だし(昆布) 食パン ミルク	7. フルーツ 全がゆ～10倍がゆ 人参、たまねぎ、こまつな 白身魚 だし(昆布) おかゆ ミルク	8. 生活発表会 
	昼食		4. フルーツ 全がゆ～軟飯 人参、たまねぎ、キャベツ、さつまいも 豆腐 鮭のコーンマヨ焼き キャベツのナムル 豆腐とワカメのみそ汁	5. フルーツ 全がゆ～軟飯 人参、たまねぎ、ほうれんそう ささ身 刻み昆布の酢の物 五目スープ	6. フルーツ 全がゆ～軟飯 人参、キャベツ、さつまいも、ブロッコリー しらす キャベツのツナあえ 大根とあげのみそ汁	7. フルーツ 全がゆ～軟飯 人参、たまねぎ、こまつな 白身魚 ひじきの煮物 にゅうめん汁	
	おやつ		蒸しパン ミルク	おにぎり ミルク	トースト ミルク	おにぎり ミルク	
5～8ヶ月頃	補食	10. フルーツ	11. フルーツ	12. フルーツ	13. フルーツ	14. フルーツ	15. フルーツ
	昼食	全がゆ～10倍がゆ 人参、大根、キャベツ、ブロッコリー ささ身 だし(昆布)	全がゆ～10倍がゆ にんじん、たまねぎ、キャベツ、かぼちゃ 白身魚 だし(昆布)	全がゆ～10倍がゆ 人参、たまねぎ、キャベツ、さつまいも ささ身 だし(昆布)	全がゆ～10倍がゆ 人参、たまねぎ、かぼちゃ、ほうれんそう しらす だし(昆布)	全がゆ～10倍がゆ 人参、たまねぎ、キャベツ、ブロッコリー 豆腐 だし(昆布)	全がゆ～10倍がゆ 人参、たまねぎ、じゃがいも、ブロッコリー しらす だし(昆布)
	おやつ	蒸しパン ミルク	バナナ ミルク	食パン ミルク	おかゆ ミルク	ふかしいも ミルク	バナナ ミルク
9～11ヶ月頃	補食	10. フルーツ	11. フルーツ	12. フルーツ	13. フルーツ	14. フルーツ	15. フルーツ
	昼食	全がゆ～10倍がゆ 人参、大根、キャベツ、ブロッコリー ささ身 お好みハンバーグ 切干大根の塩昆布あえ のっぺい汁	全がゆ～10倍がゆ にんじん、たまねぎ、キャベツ、かぼちゃ 白身魚 ほうれんそうのあえ物 豆乳みそ汁	全がゆ～10倍がゆ 人参、たまねぎ、キャベツ、さつまいも ささ身 鶏肉のマーマレード焼き キャベツのおかかあえ さつま汁	全がゆ～10倍がゆ 人参、たまねぎ、かぼちゃ、ほうれんそう しらす ポークチャップ かぼちゃの黒ごま煮 野菜スープ	全がゆ～10倍がゆ 人参、たまねぎ、キャベツ、ブロッコリー 豆腐 スパサラダ 豆腐となめこのみそ汁	全がゆ～10倍がゆ 人参、たまねぎ、じゃがいも、ブロッコリー しらす ブロッコリーとコーンのサラダ
	おやつ	蒸しパン ミルク	バナナ ミルク	トースト ミルク	おかゆ ミルク	ふかしいも ミルク	バナナ ミルク

11月の離乳食メニュー(11/17~11/29)

2025年

認定こども園 ひろせ保育園

		月	火	水	木	金	土
5 ~ 8 ヶ月頃	補食	17. フルーツ	18. フルーツ	19. フルーツ	20. フルーツ	21. フルーツ	22. フルーツ
	昼食	全がゆ~10倍がゆ 人参、たまねぎ、 キャベツ、 ブロッコリー ささ身 だし(昆布)	全がゆ~10倍がゆ 人参、たまねぎ、 こまつな、 さつまいも 豆腐 だし(昆布)	全がゆ~10倍がゆ 人参、たまねぎ、 キャベツ、 かぼちゃ しらす だし(昆布)	全がゆ~10倍がゆ 人参、たまねぎ、 さつまいも、 ブロッコリー 豆腐 だし(昆布)	全がゆ~10倍がゆ 人参、たまねぎ、 きゅうり、 大根 白身魚 だし(昆布)	全がゆ~10倍がゆ 人参、たまねぎ、 キャベツ 豆腐 だし(昆布)
	おやつ	蒸しパン ミルク	おかゆ ミルク	食パン ミルク	ホットケーキ ミルク	野菜がゆ ミルク	バナナ ミルク
9 ~ 11 ヶ月頃	補食	17. フルーツ	18. フルーツ	19. フルーツ	20. フルーツ	21. フルーツ	22. フルーツ
	昼食	全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 キャベツ、 ブロッコリー ささ身 肉じゃが 小松菜のあえもの もやしのみそ汁	全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 こまつな、 さつまいも 豆腐 五目白あえ 玉ねぎのみそ汁	全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 キャベツ、 かぼちゃ しらす 春雨とワカメの 酢の物 じゃこじゃこ汁	全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 さつまいも、 ブロッコリー 豆腐 八宝菜 さつまいもの甘煮 豆腐のみそ汁	全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 きゅうり、 大根 白身魚 ツナと里芋のサラダ しいたけと白菜の みそ汁	全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 キャベツ 豆腐 麻婆豆腐丼 キャベツの香り漬け
	おやつ	蒸しパン ミルク	おにぎり ミルク	食パン ミルク	ホットケーキ ミルク	野菜がゆ ミルク	バナナ ミルク
5 ~ 8 ヶ月頃	補食	24. フルーツ	25. フルーツ	26. フルーツ	27. フルーツ	28. フルーツ	29. フルーツ
	昼食	振替休日 	全がゆ~10倍がゆ 人参、大根、 きゅうり、 ブロッコリー 豆腐 だし(昆布)	全がゆ~10倍がゆ 人参、きゅうり、 キャベツ、 こまつな ささ身 だし(昆布)	全がゆ~10倍がゆ 人参、たまねぎ、 キャベツ、 ブロッコリー しらす だし(昆布)	全がゆ~10倍がゆ 人参、たまねぎ、 ほうれんそう さつまいも 白身魚 だし(昆布)	全がゆ~10倍がゆ 人参、たまねぎ、 じゃがいも しらす だし(昆布)
	おやつ		おかゆ ミルク	蒸しパン ミルク	おかゆ ミルク	蒸しパン ミルク	バナナ ミルク
9 ~ 11 ヶ月頃	補食	25. フルーツ	26. フルーツ	27. フルーツ	28. フルーツ	29. フルーツ	保育参観 親子レクリエーション 給食試食会 
	昼食	全がゆ~軟飯 人参、大根、 きゅうり、 ブロッコリー 豆腐 鮭のオーロラ焼き もやしのごまあえ けんちん汁	全がゆ~軟飯 人参、きゅうり、 キャベツ、 こまつな ささ身 鶏つくね キャベツのサラダ 切干大根のみそ汁	全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 キャベツ、 ブロッコリー しらす ひじきとツナの マリネ ワカメスープ	全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 ほうれんそう さつまいも 白身魚 ほうれん草のお浸し 野菜たっぷりみそ汁		
	おやつ	おにぎり ミルク	蒸しパン ミルク	おにぎり ミルク	蒸しパン ミルク		