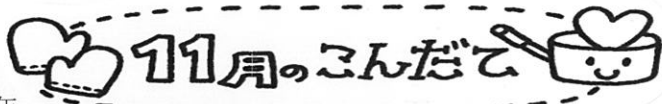


2026年 11月 つどいの森もみの木こども園 行事カレンダー

日	曜	行事	日	曜	行事
1	日		16	月	
2	月		17	火	YYファミリーキッチン
3	火	文化の日	18	水	誕生会
4	水		19	木	内科検診
5	木	お話し会 なかよしランチ	20	金	
6	金		21	土	もみの木マルシェ
7	土		22	日	
8	日		23	月	勤労感謝の日
9	月	人形劇	24	火	
10	火		25	水	
11	水		26	木	サーキット開放 もみの木ランチ すす中職業体験
12	木		27	金	
13	金		28	土	
14	土		29	日	
15	日		30	月	

＜お願いとお知らせ＞

- ・21日（土）はもみの木マルシェです。ご家族でお越しください。土曜保育はありません。
- ・内科検診が19日（木）に日程変更になっています。
- ・避難訓練が毎月一度行われます

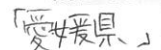


つどいの森もみの木こども園

3歳未満児

令和8年

日 曜	昼 食	お や つ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる	(その他の食品)
2 ・ 16	ごはん 洋風スープ 煮込みハンバーグ コーンとわかめのサラダ	牛乳 りんごのスクーン 牛乳	普通牛乳・豚ひき肉・鶏卵 脱脂粉乳	米・パン粉・なたね油・車糖 薄力粉・りんごジャム 無塩バター	はくさい・ほんしめじ・たまねぎ にんじん・トマト缶詰 マッシュルーム・カットわかめ きゅうり・キャベツ・スイートコーン	だし・うすくちしょうゆ・食塩 こしょう・ケチャップ ウスターソース・穀物酢 こいくちしょうゆ ベーキングパウダー
4 水	ごはん すまし汁 鶏肉の味噌マヨ焼き 切干大根の煮物	牛乳 トマトチーズクラッカー 牛乳	普通牛乳・煮干し かつお節・鶏もも 淡色辛みそ・焼き竹輪 パルメザンチーズ 脱脂粉乳	米・マヨネーズ・ごま じゃがいも・車糖・薄力粉 かたくり粉・なたね油	こまつな・えのきたけ 切干しだいこん・にんじん さやいんげん・トマト缶詰	うすくちしょうゆ・食塩・だし こいくちしょうゆ・本みりん 料理酒
5 ・ 19	ごはん みそ汁 ぎせい豆腐 やさしい炒め	牛乳 マカロニきなこ 牛乳	普通牛乳・煮干し かつお節・淡色辛みそ 木綿豆腐・鶏卵・鶏ひき肉 きな粉	米・さつまいも・車糖 なたね油・マカロニ・スパゲッティ	たまねぎ・こねぎ・根深ねぎ にんじん・生しいたけ さやいんげん・こまつな・キャベツ ほんしめじ・りょうとうもやし スイートコーン	食塩・こいくちしょうゆ・だし うすくちしょうゆ
6 ・ 20	ごはん すまし汁 鯖の味噌煮 ほうれん草のごま和え	牛乳 スイートポテト 牛乳	普通牛乳・煮干し かつお節・まさば 淡色辛みそ	米・車糖・ごま・さつまいも 有塩バター	りょうとうもやし・きょうな・しょうが ほうれんそう・にんじん・スイートコーン キャベツ	うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ・料理酒 本みりん
7 土	ごはん すまし汁 鶏のねぎ味噌焼き じゃがいものそばろ煮	牛乳 いわしせんべい 牛乳	普通牛乳・煮干し かつお節・鶏もも 淡色辛みそ・豚ひき肉	米・車糖・じゃがいも かたくり粉	チンゲンサイ・エリンギ・こねぎ たまねぎ	うすくちしょうゆ・本みりん だし・料理酒 こいくちしょうゆ いわしせんべい
9 月	ごはん 中華スープ 麻婆豆腐 ナムル	牛乳 マーブル蒸しパン 牛乳	普通牛乳 かに風味かまぼこ 木綿豆腐・豚ひき肉 淡色辛みそ・脱脂粉乳	米・じゃがいも・なたね油 車糖・かたくり粉・ごま油 ごま・薄力粉	チンゲンサイ・こねぎ・にんじん ほうれんそう・りょうとうもやし きゅうり	だし・うすくちしょうゆ しょうが・にんにくおろし こいくちしょうゆ・ケチャップ 食塩・ベーキングパウダー ミルクココア
10 火	麦ごはん すまし汁 山賊揚げ カミカミサラダ	牛乳 マンナウフェア 牛乳	普通牛乳・木綿豆腐 煮干し・かつお節・鶏もも かに風味かまぼこ	米・押麦・かたくり粉 なたね油・車糖・ごま油 マンナウフェア	わかめ・根深ねぎ・しょうが にんにく・レモン・切干しだいこん にんじん・きゅうり・キャベツ	うすくちしょうゆ・穀物酢 料理酒・こいくちしょうゆ 食塩・こしょう
11 ・ 25	ごはん みそ汁 さわらのキノコソースがけ キャベツの甘酢あえ	牛乳 ハムチーズトースト 牛乳	普通牛乳・煮干し かつお節・淡色辛みそ さわら・プロセスチーズ ロースハム	米・じゃがいも・薄力粉 車糖・かたくり粉・食パン	なす・えのきたけ・まいたけ たまねぎ・こねぎ・キャベツ きゅうり・にんじん	こいくちしょうゆ・料理酒 穀物酢・うすくちしょうゆ
12 木	ミートソーススパゲッティ 洋風スープ かぼちゃサラダ りんご	牛乳 ひじきのおにぎり 牛乳	普通牛乳・豚ひき肉・鶏もも ロースハム	マカロニ・スパゲッティ・車糖 じゃがいも・マヨネーズ・米	たまねぎ・にんじん・トマト缶詰 大根・西洋かぼちゃ・きゅうり りんご・ほしひじき	ケチャップ・食塩・こしょう だし・うすくちしょうゆ 本みりん・料理酒 こいくちしょうゆ
13 金	ごはん みそ汁 鶏の照り焼きあんず 五目煮	牛乳 もものケーキ 牛乳	普通牛乳・煮干し かつお節・淡色辛みそ 鶏もも・だいず・鶏卵 脱脂粉乳	米・かたくり粉・あんずジャム じゃがいも・車糖 ホットケーキミックス・なたね油	西洋かぼちゃ・たまねぎ にんにく・ごぼう・にんじん れんこん・生しいたけ さやいんげん・もも缶詰	こいくちしょうゆ・料理酒 板こんにやく・だし みりん・風調味料
14 ・ 28	ごはん 洋風スープ 鮭ののりチーズ焼き ブロッコリーのサラダ ロールパン	牛乳 たべっこBABY 牛乳	普通牛乳・ウインナー しろさけ・パルメザンチーズ	米・パン粉・なたね油・車糖 たべっこBABY	ほうれんそう・あおのり ブロッコリー・にんじん・きゅうり スイートコーン	だし・うすくちしょうゆ・食塩 穀物酢・こいくちしょうゆ
17 火	ロールパン さつまいものクリームシチュー ケチャップウインナー オレンジ	牛乳 トマトチーズクラッカー 牛乳	普通牛乳・鶏もも ウインナー パルメザンチーズ 脱脂粉乳	ロールパン・さつまいも 薄力粉・かたくり粉 なたね油・車糖	にんじん・たまねぎ・スイートコーン はくさい・パレンシアオレンジ トマト缶詰	こしょう・シチュー ルウ ケチャップ・食塩
18 水	ごはん すまし汁 鶏肉の味噌マヨ焼き 切干大根の煮物	牛乳 季節のおやつ 牛乳	普通牛乳・煮干し かつお節・鶏もも 淡色辛みそ・焼き竹輪 ホイップクリーム	米・マヨネーズ・ごま じゃがいも・車糖	こまつな・えのきたけ 切干しだいこん・にんじん さやいんげん	うすくちしょうゆ・食塩・だし こいくちしょうゆ・本みりん 料理酒 ワンタッチシェー生地 カスタードミックス
24 火	ごはん 中華スープ 麻婆豆腐 ナムル	牛乳 マンナウフェア 牛乳	普通牛乳 かに風味かまぼこ 木綿豆腐・豚ひき肉 淡色辛みそ	米・じゃがいも・なたね油 車糖・かたくり粉・ごま油 ごま・マンナウフェア	チンゲンサイ・こねぎ・にんじん ほうれんそう・りょうとうもやし きゅうり	だし・うすくちしょうゆ しょうが・にんにくおろし こいくちしょうゆ・ケチャップ 食塩
26 木	麦ごはん すまし汁 鶏のねぎ味噌焼き 五目納豆	牛乳 ひじきのおにぎり 牛乳	普通牛乳・木綿豆腐 煮干し・かつお節・鶏もも 淡色辛みそ・糸引き納豆 ロースハム・プロセスチーズ	米・押麦・車糖	わかめ・根深ねぎ・こねぎ ほうれんそう・にんじん・きゅうり ほしひじき	うすくちしょうゆ・本みりん こいくちしょうゆ・食塩・だし 料理酒
27 金	野菜カレー おやさいサラダ フルーツポンチ	牛乳 マーブル蒸しパン 牛乳	普通牛乳・鶏もも 脱脂粉乳	米・なたね油・じゃがいも さつまいも・緑豆はるさめ ごま・ごま油・車糖・薄力粉	たまねぎ・西洋かぼちゃ にんじん・ほんしめじ・えのきたけ こまつな・きゅうり・はくさい りょうとうもやし・キャベツ 赤ピーマン・黄ピーマン スイートコーン・もも缶詰 パインアップル缶詰・りんご バナナ・みかん缶詰	カレー・ウ・穀物酢 ベーキングパウダー ミルクココア
30 月	しょうゆめし みそ汁 せんざんき 五目煮	牛乳 もものケーキ 牛乳	普通牛乳・鶏もも・油揚げ 鶏卵・煮干し・かつお節 淡色辛みそ・だいず 脱脂粉乳	米・車糖・焼きふ・かたくり粉 なたね油・じゃがいも ホットケーキミックス	にんじん・ごぼう・生しいたけ 焼きのり・大根・こねぎ・れんこん さやいんげん・もも缶詰	こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ・料理酒 食塩・しょうが にんにくおろし・こしょう 板こんにやく・だし みりん・風調味料



☆ 今月の平均給与栄養量 ☆

エネルギー	たんぱく質	脂 質	炭水化物	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC
488 kcal	21.7 g	15.3 g	71.4 g	321 mg	2.0 mg	211 μg	0.36 mg	0.54 mg	22 mg

- ☆ 食材の納品の都合によりメニューを多少変更する場合があります。
 ☆ 補食おにぎり：月) ゆかり 火) 本かつお 水) ひじき 木) 紅鮭 金) 青菜
 ☆ ふじ組以降に提供する食品 (除去：もち・こんにやく・しらたき/変更：雑穀・押麦→ごはん)