

令和6年

令和6年度11月保育園給食献立表

小牧市こども未来館
幼児教育・保育課

／ 曜	献立名	材 料 名			お や つ（午前は3歳未満児のみ）	
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの		
1 ／ 金	ごはん	精白米			午 前	牛乳 白い風船コクウまミルククリーム
	にら入り豆腐チャンプル	キャノーラ油 三温糖	冷凍角切り豆腐 豚もも肉	にんじん にら たけのこ水煮		
	ほうれんそうのナムル	ごま油 三温糖		ほうれんそう にんじん 緑豆もやし	午 後	牛乳 オレンジ 星たべよ
2 ／ 土	午後おやつ	星たべよ	牛乳	オレンジ		
	（3歳未満）ハムロールパン	ハムロールパン			午 前	（3歳未満）お茶 （3歳未満）お菓子 （3歳未満）お茶
	（3歳未満）牛乳		牛乳		午 後	（3歳未満）お菓子
4 ／ 月	（3歳未満）みかんゼリー	国産みかんゼリー				
	午後おやつ	菓子			午 前	
	休園日				午 後	
5 ／ 火	【振替休日（文化の日）】					
	午後おやつ					
	ごはん	精白米			午 前	お茶 かぼちゃポーロ
6 ／ 水	和風カレー鍋	大地の野菜カレールウN甘口	油揚げ 豚もも肉 だしパック	キャベツ だいこん にんじん ねぎ えのきたけ		牛乳 4Pアンパンマンのソフトせん （3歳以上）元気鉄カルウエハースミルククリーム味
	土佐漬け	三温糖 白いりごま	かつお節	キャベツ きゅうり にんじん レモン果汁	午 後	
	午後おやつ	4Pアンパンマンのソフトせん （3歳以上）元気鉄カルウエハースミルククリーム味	牛乳			
7 ／ 木	牛丼	精白米 糸こんにゃく キャノーラ油 三温糖	牛もも肉	たまねぎ にんじん ねぎ	午 前	牛乳 1才からのかっぱえびせん
	みそ汁	じゃがいも	カットわかめ 油揚げ だしパック 赤みそ	だいこん	午 後	牛乳 （手）さつまいも入り蒸しケーキ
	みかん			みかん		
8 ／ 金	午後おやつ	さつまいも ホットケーキミックス 三温糖	牛乳		午 前	牛乳 1才からのサッポロポテトベジタブル
	ごはん	精白米			午 後	牛乳 ソフトサラダ （3歳以上）きなこ棒
	中華風野菜スープ	キャノーラ油 ごま油		緑豆もやし にんじん たまねぎ はくさい		
9 ／ 土	ししゃもフライ	キャノーラ油 三温糖 白すりごま	ししゃもフライ		午 前	牛乳 4Pアンパンマンのおこめボール
	ゆで野菜			きゅうり キャベツ にんじん	午 後	お茶 （手）フルーチェいちご
	午後おやつ	ソフトサラダ （3歳以上）きなこ棒	牛乳			
10 ／ 日	ミルクロールパン	ミルクロールパン			午 前	牛乳 （3歳以上）きなこ棒
	スパゲティミートソース	スパゲティ キャノーラ油	豚ももひき肉	にんじん たまねぎ ぶなしめじ	午 後	牛乳 （3歳以上）きなこ棒
	野菜サラダ	ごま油 三温糖 白すりごま		きゅうり キャベツ スイートコーン にんじん		
11 ／ 月	午後おやつ	フルーチェ（いちご）	牛乳		午 前	牛乳 （3歳以上）きなこ棒
	（3歳未満）ツナロールパン	ツナロールパン			午 後	牛乳 （3歳以上）きなこ棒
	（3歳未満）野菜ジュース	きになる野菜（白ぶどう＆ほうれん草）				
12 ／ 火	（3歳未満）魚肉ソーセージ		おさかなのウインナー		午 前	牛乳 （3歳以上）きなこ棒
	午後おやつ	菓子			午 後	牛乳 （3歳以上）きなこ棒
	ごはん	精白米				
13 ／ 水	みそ汁		カットわかめ だしパック 白みそ 赤みそ	だいこん 緑豆もやし ねぎ	午 前	牛乳 （3歳以上）きなこ棒
	豚肉のしょうが焼き	三温糖 キャノーラ油	豚もも肉	しょうが たまねぎ にんじん ビーマン	午 後	牛乳 （3歳以上）きなこ棒
	午後おやつ	きらきらコーンのおほしさま （3歳以上）ビスコ（ミルク・いちご）	牛乳			
14 ／ 木	ごはん	精白米			午 前	牛乳 （3歳以上）きなこ棒
	ちゃんぽんうどん	干しうどん ごま油	だしパック 豚もも肉	にんじん たけのこ水煮 はくさい ねぎ 緑豆もやし	午 後	牛乳 （3歳以上）きなこ棒
	きゅうりとわかめの酢の物	三温糖	カットわかめ しらす干し	きゅうり		
15 ／ 金	午後おやつ	カルシウムと鉄がとれるおいしいプリン （3歳以上）ハッピーターン	牛乳		午 前	牛乳 （3歳以上）きなこ棒
	ビビンバ	精白米 ごま油 三温糖 白いりごま	牛ももひき肉 豚ももひき肉	にんにく ほうれんそう にんじん 緑豆もやし ねぎ	午 後	牛乳 （3歳以上）きなこ棒
	中華わかめスープ	ごま油	カットわかめ	にんじん スイートコーン たまねぎ		
16 ／ 土	一口ゼリー	果汁100％ゼリー			午 前	牛乳 （3歳以上）きなこ棒
	午後おやつ	ばりんこ減塩	牛乳	りんご	午 後	牛乳 （3歳以上）きなこ棒
	ごはん	精白米				
17 ／ 日	豆腐の中華煮	ごま油 三温糖 片栗粉	冷凍角切り豆腐 豚もも肉	にんじん たまねぎ 干ししいたけ たけのこ水煮	午 前	牛乳 （3歳以上）きなこ棒
	春雨サラダ	はるさめ ごま油 三温糖	カットわかめ	きゅうり 緑豆もやし にんじん	午 後	牛乳 （3歳以上）きなこ棒
	午後おやつ	10Pアンパンマンひどくらビスケット （3歳以上）おにぎりせんべい銀シャリ	牛乳			
18 ／ 月	ゆかりごはん	精白米		ゆかり	午 前	牛乳 （3歳以上）きなこ棒
	すまし汁		花魁 だしパック	えのきたけ 糸みつば にんじん	午 後	牛乳 （3歳以上）きなこ棒
	えびフライ	キャノーラ油	エビフライ			
19 ／ 火	お祝いゼリー		苺寒果肉 国産いちごゼリー（鉄）		午 前	牛乳 （3歳以上）きなこ棒
	午後おやつ	星たべよ （3歳以上）プチたい焼き	牛乳		午 後	牛乳 （3歳以上）きなこ棒

※都合により、材料、献立の変更をすることがあります。
食育のために、園で栽培した野菜を献立に入れることがあります。
白飯のおいしさを大切にしていますが、ふりかけを使用することがあります。
土曜日は調理を伴わない給食の提供となります。
（手）手づくりおやつです。

※各園で配布・配信している献立表には小麦・乳製品・卵の
アレルギー表示があります。
詳細は幼児教育・保育課へお問い合わせください。



～日本人の心が育んだ食文化～

11月24日は『和食の日』です。今回は「自然の尊重」の精神に立った和食文化の4つの特徴について記載します。
和食を未来につなぐのは私たちです。みんなで和食のことを勉強してその素晴らしさを、多くの人に伝えましょう！



①新鮮な食材と味わいをいかす知恵と技

海に囲まれた温暖な気候の日本には、地域ごとに多くの新鮮な食材と、その味わいをいかす調理の知恵（技術・道具）があります。海ではサンマやタイ、アジ、イワシ、カツオなどの魚や、海藻や貝などの新鮮な海産物が豊富です。また南北に長い地形では、じゃがいも、大根、小松菜 さつまいも等の数多くの農産物が収穫されています。和食はこうしたかけがえのない食材から生まれた大切な食文化です。

②四季のうつろいや自然の美しさを表現

桜やもみじ、笹など、四季の花や葉で料理を飾りつけたり、季節にあった器を使ったおもてなしで、四季のうつろいや自然の美しさを食卓に表現します。

③栄養バランスがよく、健康的な食生活

ごはんを中心に汁物、おかず、漬物を組み合わせた和食は栄養バランスがよく、海産物の「だし」や発酵食品（みそ・しょうゆ等）を上手に使いながら、健康に役立っています。

④年中行事との深いかかわり

お正月のおせち料理や、月見だんごなど、年中行事や儀式と深いかかわりがあります。自然の恵みである食を分け合い、家族や地域の絆を深めてきました。



キミと一緒に、育っていききたい。

Komaki

令和6年		令和6年度11月保育園給食献立表			小牧市こども未来館 幼児教育・保育課	
日 曜	献立名	材 料 名			おやつ（午前は3歳未満児のみ）	
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの		
16 ／ 土	（3歳未満）ウインナーロールパン	ウインナーロールパン			午前	（3歳未満）お茶
	（3歳未満）野菜ジュース	きになる野菜（アツプル&キャロット）				（3歳未満）お菓子
	（3歳未満）スティックチーズ		スティックチーズ		午後	（3歳未満）お茶
	午後おやつ	菓子				（3歳未満）お菓子
18 ／ 月	中華飯	精白米 三温糖 片栗粉 キャノーラ油	豚もも肉	キャベツ にんじん たまねぎ たけのご水煮 干しいたけ	午前	お茶
	中華コンスープ	キャノーラ油	冷凍角切り豆腐	にんじん たまねぎ スイートコーン スイートコンクリーム にら		昼たべよ
	ヨーグルト		コアコプラス		午後	牛乳
	午後おやつ	ぼたぼた焼き （3歳以上）ホームバイ	牛乳			ぼたぼた焼き （3歳以上）ホームバイ
19 ／ 火	ごはん	精白米			午前	牛乳
	豆乳鍋		豚もも肉 焼き豆腐 だしパック 無調整豆乳 白みそ	はくさい ねぎ えのきたけ にんじん		オレンジ
	キャベツともやしのごま酢あえ	白すりごま 三温糖	しらす干し	キャベツ 緑豆もやし	午後	牛乳
	午後おやつ	カルデツほうれん草ドーナツ （3歳以上）ばかうけ青のり	牛乳			カルデツほうれん草ドーナツ （3歳以上）ばかうけ青のり
20 ／ 水	クロロールパン	クロロールパン			午前	牛乳
	豚肉のトマトシチュー	キャノーラ油 三温糖 じゃがいも	豚もも肉	たまねぎ にんじん ダイストマト		アンパンマンのふんわりコーン
	ツナサラダ	キャノーラ油 三温糖	ツナフレーク（まぐろ）	きゅうり キャベツ にんじん	午後	お茶
	午後おやつ	精白米	（3歳以上）のり	菜めし		（手）ラップおにぎり（菜めし）
21 ／ 木	チキンカレーライス	精白米 じゃがいも キャノーラ油 大地の野菜カレールウN甘口	鶏もも肉	たまねぎ にんじん	午前	牛乳
	大根のマヨドレサラダ	エッグゲアマヨネーズ	かつお節	だいこん きゅうり にんじん		ミニアスパラガスポーロ
	ももゼリー	国産ももゼリー			午後	牛乳
	午後おやつ	おととと （3歳以上）クッピーラムネ	牛乳			おととと （3歳以上）クッピーラムネ
22 ／ 金	ごはん	精白米			午前	牛乳
	すまし汁		だしパック 冷凍角切り豆腐	えのきたけ ねぎ にんじん		ソフトな小魚せん
	さばみそ煮		さばみそ煮		午後	牛乳
	はくさいとほうれんそうのごまあえ	三温糖 白すりごま	はくさい ほうれんそう にんじん			（手）いもきんとん
23 ／ 土	午後おやつ	さつまいも 三温糖	牛乳			
	休園日				午前	
					午後	
	【勤労感謝の日】					
25 ／ 月	ドライカレー	精白米 キャノーラ油 大地の野菜カレールウN甘口	豚ももひき肉 牛ももひき肉	しょうが にんじん たまねぎ ピーマン 赤ピーマン ダイストマト	午前	お茶
	野菜スープ	じゃがいも キャノーラ油		にんじん たまねぎ		アンパンマンのベビーせんべい
	ぶどうゼリー	ぶどうゼリー			午後	牛乳
	午後おやつ	ばりんご減塩 （3歳以上）スターしるこサンド	牛乳			ばりんご減塩 （3歳以上）スターしるこサンド
26 ／ 火	ごはん	精白米			午前	牛乳
	豚汁	さといも つきこんにやく	豚もも肉 冷凍角切り豆腐 だしパック 赤みそ	だいこん にんじん ねぎ ごぼう		うみのおさんぽ
	いわしのみぞれ煮		いわしみぞれ煮		午後	牛乳
	きゅうりのゆかりあえ			きゅうり ゆかり		（3歳未満）マリー （3歳以上）ミニ肉まん
27 ／ 水	午後おやつ	（3歳未満）マリー （3歳以上）ミニ肉まん	牛乳			
	ごはん	精白米			午前	牛乳
	いり豆腐	キャノーラ油 三温糖	冷凍角切り豆腐 ちくわ 鶏ももひき肉	たまねぎ にんじん 干しいたけ		ビスコ（みるく・きな粉）
	キャベツとひじきのサラダ	キャノーラ油 三温糖	ひじき ツナフレーク（まぐろ）	キャベツ きゅうり スイートコーン	午後	牛乳
28 ／ 木	午後おやつ	ミニオンスポテト キャノーラ油	牛乳			（手）ミニオンスポテト
	ごはん	精白米			午前	牛乳
	しょうゆラーメン	中華めん キャノーラ油 ごま油	豚もも肉	にんじん ねぎ 緑豆もやし キャベツ		ハイハイン
	蒸しえびしゅうまい		えびしゅうまい		午後	牛乳
29 ／ 金	午後おやつ	きらきら星のおせんべい （3歳以上）源氏パイ	牛乳			きらきら星のおせんべい （3歳以上）源氏パイ
	ごぼうめし	精白米 キャノーラ油 三温糖	油揚げ 鶏ももひき肉 だしパック	ごぼう にんじん ぶなしめじ	午前	牛乳
	すまし汁		冷凍角切り豆腐 ちらしかまぼこ だしパック	にんじん こまつな		りんご
	型抜きチーズ		型抜きチーズ		午後	牛乳
30 ／ 土	午後おやつ	たべっ子BABY （3歳以上）サラダうす焼	牛乳			たべっ子BABY （3歳以上）サラダうす焼
	（3歳未満）ハムロールパン	ハムロールパン			午前	（3歳未満）お茶
	（3歳未満）野菜ジュース	野菜生活オリジナル				（3歳未満）お菓子
	（3歳未満）魚肉ソーセージ	おさかなのウインナー			午後	（3歳未満）お茶
	午後おやつ	菓子				（3歳未満）お菓子

※都合により、材料、献立の変更をすることがあります。
食育のために、園で栽培した野菜を献立に入ることがあります。
白飯のおいしさを大切にしていますが、ふりかけを使用することがあります。
土曜日は調理を伴わない給食の提供となります。
（手）手づくりおやつです。

※各園で配布・配償している献立表には小麦・乳製品・卵の
アレルギー表示があります。
詳細は幼児教育・保育課へお問い合わせください。



毎月19日は食育の日！
家族そろって楽しく食事をしましょう

※「和食の味」のレシピは、①～④の順で読むようにしてください。

★みんなで「和食」クイズに挑戦しよう！★

問題1

「こんぶ」は海で
どうやって生えているでしょうか？
A.海底から上に伸びている
B.海底の岩から横に伸びている
C.水面に浮かぶ力浮きながら成長する
D.泳いで移動しながら伸びている



問題2

秋刀魚（サンマ）の旬は、どの季節でしょうか？
A.春 B.夏 C.秋 D.冬
ヒント：サンマの名前に注目！



問題4

かつおぶしはカツオを煮て乾燥して作りますが、
出来上がったかつおぶしの重さは、
生のカツオの時の何分の1でしょうか？
A.2分の1 B.3分の1 C.6分の1



問題3

和食において重要な調味料
「さ(砂糖) し(塩) す(酢) せ(しょうゆ) そ(?)」。
さて、「そ」とは何でしょうか？
A.ソース B.しそ C.みそ
ヒント：これからの寒い季節は
具がたくさん入った
〇〇汁がおいしいよね！



問題5 みその原料は何でしょうか？
A.野菜 B.大豆 C.魚



キミと一緒に、育っていききたい。

Komaki