天竜厚生会

令和8年(2026年)11月

予定献立表

日	曜	午前間食	昼食	午後間食	食事に関する行事
1	日				
2	月	お茶,プルーン	ご飯,豚肉のりんごおろしソース,野菜の胡麻和え,豆腐の味噌汁	牛乳,焼き芋	
3	火				文化の日
4	水	お茶,チーズ	ご飯,豚汁,みかん(防災訓練非常食)	お茶,クラッカー	
5	木	お茶,バナナ	エビのクリームスパゲティ,彩りサラダ,白菜のスープ	お茶,五平餅	
6	金	お茶,クラッカー	あかねご飯,鯖の竜田揚げ,ブロッコリーのおかか和え,大根の味噌汁	牛乳,ザクザクアップルケーキ	
7	土				職員研修日
8	日				
9	月	お茶,プルーン	中華丼,キャベツの甘酢和え,にらたまスープ,柿	牛乳,しらすトースト	
10	火	お茶,クラッカー	たこご飯,鶏肉とじゃが芋の煮物,生揚げの味噌汁	お茶,フルーツヨーグルト	
11	水	お茶,バナナ	ロールパン,ポークビーンズ,サクサクサラダ,牛乳	お茶,ツナ昆布おにぎり	
12	木	お茶,甘辛にぼし	ご飯,若鶏の醤油麹焼き,ひじきの炒め煮,きのこの味噌汁,バナナ	牛乳,スイートポテト	
13	金	お茶,ヨーグルト	ご飯,鰆の西京焼き,ほうれん草と人参の胡麻和え,麸となるとのすまし汁	牛乳,黄粉飴	
14	土	お茶,チーズ	三色丼,もやしのゆかり和え,なめこ汁	牛乳,マカロニ安倍川	
15	日				
16	月	飲むヨーグルト	ハヤシライス,ポテトサラダ	牛乳,りんごジャムサンド	
17	火	お茶,オレンジ	ロールパン,鮭の味噌マヨネーズ焼き,ブロッコリー,スティック人参,コーンスープ,バナナ	お茶,ドリア	
18	水	お茶,プルーン	ご飯,豚肉のマーマレード焼き,小松菜のお浸し,たまごの味噌汁,りんご	牛乳,お麸ボーロ／麸のシュガークッキー	
19	木	お茶,甘辛にぼし	けんちんうどん,さつま芋とりんごの重ね煮	お茶,おしるこ	
20	金	お茶,ヨーグルト	ご飯,一口カツ,ブロッコリーのゴママヨネーズ和え,白菜の味噌汁,バナナ	牛乳,芋ようかん	
21	土	飲むヨーグルト	わかめご飯,中華肉じゃが,キャベツの味噌汁	牛乳,カナッペ	
22	日				
23	月				勤労感謝の日
24	火	お茶,ふかしじゃが芋	ご飯,しらす入り厚焼き卵,切り干し大根の煮物,ブロッコリー,麸の味噌汁,みかん	お茶,みるく餅	
25	水	お茶,甘辛にぼし	五目あんかけラーメン,大学芋,バナナ	お茶,おでん	
26	木	お茶,ヨーグルト	ご飯,筑前煮,さつま芋の味噌汁,りんご	牛乳,セサミトースト	
27	金	お茶,プルーン	ロールパン,クリームシチュー,りんごと白菜のサラダ	お茶,中華おこわ	
28	土	お茶,クラッカー	ドライカレー(かける),ツナサラダ	牛乳,ラスク	
29	日				
30	月	お茶,チーズ	チキンライス,じゃが芋の中華和え,野菜スープ,みかん	牛乳,煮干しのごまがらめ,ウエハース	

		エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄	レチノール当量	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食塩	カリウム	食物繊維		
		kcal	g	g	mg	mg	μg	mg	mg	mg	g	mg	g		
3才未満児	1日平均	466	19.1	14.2	234	2.6	187	0.32	0.34	38	1.4	832	6.2		
	園目標	510	21.0	14.0	237	2.1	208	0.21	0.32	18	1.5	530	3.4		
3才以上児	1日平均	531	21.6	16.8	223	2.5	208	0.37	0.36	38	1.7	895	6.4		
	園目標	590	24.6	16.6	259	2.4	220	0.24	0.37	19	1.7	690	3.7		