



# 11月献立表



社会福祉法人 みつき福祉会  
みつき保育園  
みつき乳児保育園

	献立名	材料名	おやつ
1 (水)	麻婆丼 中華きゅうり 中華スープ りんご	米・豚挽肉・生姜・にんにく・ごま油・豆腐・玉葱・人参・椎茸・葱 醤油・砂糖・味噌・酒・鶏がらスープの素・片栗粉 きゅうり・醤油・塩こんぶ・ごま・ごま油 人参・キャベツ・コーン・中華だしの素	ビスケット ごま団子 (さつまいも・白玉粉・黒ごま・ごま・油)
2 (木)	ごはん 鮭のチャンチャン焼き 和え物 すまし汁 バナナ	米 鮭・キャベツ・えのき・油・味噌・砂糖・みりん・酒 小松菜・もやし・人参・醤油・ごま油 カットわかめ・豆腐・しめじ・薄口・塩	白い風船 かぼちゃマフィン (小麦粉・ベーキングパウダー・無塩バター グラニュー糖・卵・牛乳・かぼちゃ)
3 (金)	 文化の日		
4 (土)	ビビンバ スープ オレンジ	米・豚挽肉・にんにく・ごま油・もやし・ほうれん草・人参 砂糖・醤油・味噌・鶏がらスープの素 春雨・しめじ・にら・豆腐・コーン・中華だしの素	ハッピーターン おにぎり
6 (月)	ごはん 豆腐チャンプルー たたききゅうり 中華スープ 柿	米 豚肉・ごま油・豆腐・人参・玉葱・もやし・にら・醤油・酒・鶏がらスープの素 きゅうり・ごま・酢・醤油・砂糖・ごま油 コーン・もやし・カットわかめ・鶏がらスープの素	リッツ 芋けんぴ (さつまいも・油・水・砂糖)
7 (火)	ごはん 鶏肉の醤油マヨ焼き 和え物 味噌汁 バナナ	米 鶏肉・砂糖・醤油・マヨネーズ キャベツ・人参・もやし・醤油 豆腐・油揚げ・えのき・味噌	ビスケット マカロニきなこ (マカロニ・きな粉・砂糖・塩)
8 (水)	ごはん 鯖の竜田揚げ ごま和え 味噌汁 オレンジ	米 鯖・片栗粉・油・みりん・醤油・酒・生姜 人参・白菜・ほうれん草・ごま・醤油・砂糖 じゃが芋・人参・玉葱・味噌	白い風船 アップルパイ (パイシート・りんご・砂糖・無塩バター)
9 (木)	ハヤシライス サラダ バナナ	米・牛肉・油・人参・玉葱・しめじ・じゃが芋・ハヤシルウ ブロッコリー・コーン・ツナ・マヨネーズ バナナ	リッツ みたらし団子 (白玉粉・絹ごし豆腐・醤油・砂糖 みりん・片栗粉)
10 (金)	ごはん 豚肉のかき揚げ しらす和え 味噌汁 オレンジ	米 豚肉・玉葱・さつまいも・人参・小麦粉・薄口・塩・油 きゅうり・しらす・カットわかめ・醤油 人参・玉葱・えのき・味噌	黒ごまビスケット プチピザ (リッツ・ピザ用チーズ・コーン・ケチャップ)
11 (土)	甘辛ごはん 味噌汁 バナナ	米・豚挽肉・油・れんこん・ごぼう・人参・コーン・酒・みりん・醤油 人参・白菜・玉葱・さつまいも・味噌 バナナ	ぱりんこ (のり塩) おにぎり
13 (月)	もみじごはん 鶏肉の塩から揚げ ごま和え 味噌汁 みかん	米・しらす干し・人参・塩・みりん・薄口 鶏肉・酒・鶏がらスープの素・塩・片栗粉・油 きゅうり・人参・醤油・すりごま えのき・さつまいも・大根・味噌	ビスケット ホットケーキ (ホットケーキミックス・牛乳・砂糖・油)
14 (火)	ごはん すき焼き風煮 おかか和え 味噌汁 りんご	米 豚肉・玉葱・白菜・椎茸・糸こんにゃく・厚揚げ・葱・醤油・砂糖・酒 小松菜・人参・もやし・醤油・かつお節 カットわかめ・大根・玉葱・味噌	リッツ ホットビスケット (小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 無塩バター・生クリーム)
15 (水)	ごはん 鯖の煮付け 納豆和え 味噌汁 柿	米 鯖・醤油・みりん・酒・砂糖・生姜 ほうれん草・人参・キャベツ・納豆・醤油 油揚げ・しめじ・人参・味噌	黒ごまビスケット ゼリー
16 (木)	わかめうどん サラダ バナナ	ゆでうどん・鶏肉・油・玉葱・人参・椎茸・カットわかめ・砂糖・みりん・塩・醤油 ブロッコリー・コーン・すりごま・酢・砂糖・薄口・ごま油 バナナ	白い風船 揚げパン (豆乳丸パン・油・グラニュー糖)

	献立名	材料名	おやつ
17 (金)	カレーライス コールスローサラダ みかん	米・鶏肉・油・人参・玉葱・じゃが芋・カレールウ キャベツ・人参・きゅうり・マヨネーズ・酢・塩 みかん 	ビスケット 人参蒸しパン (ホットケーキミックス・砂糖・牛乳・油・人参)
18 (土)	チャーハン スープ バナナ	米・豚挽肉・人参・椎茸・葱・ごま油・醤油・塩・こしょう・鶏がらスープの素 もやし・玉葱・しめじ・にら・鶏がらスープの素 バナナ	ハッピーターン おにぎり
20 (月)	ごはん 鶏肉のにんにく醤油焼き 切干大根の煮物 豚汁 オレンジ	米 鶏肉・にんにく・醤油・酒・砂糖 切干大根・人参・油揚げ・みりん・薄口・醤油・砂糖 豚肉・白菜・さつま芋・人参・大根・油揚げ・味噌 オレンジ	白い風船 リッツサンド (リッツ・いちごジャム)
21 (火)	ごはん レバーの甘辛煮 和え物 味噌汁 バナナ	米 鶏レバー・鶏肉・片栗粉・油・醤油・みりん・砂糖 キャベツ・もやし・ツナ・醤油 玉葱・人参・白菜・味噌 バナナ	黒ごまビスケット さつま芋もち (さつま芋・バター・砂糖・片栗粉)
22 (水)	ごはん 卵焼き 高野とひじきの煮物 味噌汁 オレンジ	米 卵・鶏肉・えのき・みつば・塩・薄口・みりん・砂糖 高野豆腐・鶏挽肉・油・人参・ひじき・みりん・酒・薄口・醤油・片栗粉 もやし・玉葱・大根・葱・味噌 オレンジ	ぱりんこ(のり塩) ココア蒸しパン (ホットケーキミックス・砂糖・牛乳・ココア・油)
23 (木)	 <b>勤労感謝の日</b> 		
24 (金)	ごはん 酢豚 中華サラダ スープ りんご	米 豚肉・片栗粉・油・玉葱・人参・椎茸・ピーマン・ケチャップ・酢・砂糖・醤油 きゅうり・大根・ごま油・塩こんぶ・ごま・醤油 豆腐・コーン・えのき・カットわかめ・中華だしの素 りんご	ビスケット もちもち抹茶パン (白玉粉・牛乳・油・砂糖・抹茶)
25 (土)	炊き込みご飯 味噌汁 バナナ	米・鶏肉・人参・油揚げ・酒・砂糖・醤油・みりん・薄口 さつま芋・玉葱・白菜・葱・味噌 バナナ	ハッピーターン おにぎり
27 (月)	 <b>お弁当の日</b> 		リッツ おしくらまんじゅう  (小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 油・こしあん・食紅)
28 (火)	豆乳かぼちゃ丸パン さつま芋グラタン サラダ スープ オレンジ	豆乳かぼちゃ丸パン 鶏肉・さつま芋・玉葱・しめじ・コンソメ・牛乳・小麦粉・バター ピザ用チーズ・塩・こしょう・油 れんこん・きゅうり・人参・酢・薄口・砂糖・かつお節・ごま油 えのき・キャベツ・コーン・コンソメ オレンジ	黒ごまビスケット じゃこそぼろおにぎり (米・豚挽肉・しらす・人参・葱・ごま油 醤油・ごま・みりん)
29 (水)	ごはん 肉じゃが 和え物 味噌汁 バナナ	米 豚肉・油・人参・玉葱・糸こんにゃく・じゃが芋・みりん・酒・醤油・薄口・砂糖 ブロッコリー・ツナ・マヨネーズ 大根・しめじ・玉葱・葱・味噌 バナナ	白い風船 スイートポテト  (さつま芋・バター・生クリーム・砂糖)
30 (木)	ごはん カレイの昆布あんかけ おかか和え 味噌汁 みかん	米 カレイ・片栗粉・油・塩こんぶ・葱・酒・みりん・薄口 白菜・キャベツ・人参・かつお節・醤油 玉葱・豆腐・人参・味噌  みかん	ビスケット クレープ (ホットケーキミックス・牛乳・砂糖 油・生クリーム・バナナ)

★ マヨネーズ、ちくわ、パイシート、肉団子については、卵不使用のものを使用しています。

★ ホットケーキミックス、豆乳かぼちゃ丸パン、豆乳丸パン、ビスケット類については卵・乳不使用のものを使用しています。

★ みつき乳児保育園の0～2歳児は午前おやつ・午後おやつ、みつき保育園の3～5歳児は、給食・午後おやつ時に牛乳を飲みます。

天候等の理由により、一部献立が変わる場合がありますので、あらかじめご了承ください。