



11月献立表



社会福祉法人 みつき福祉会
みつき出雲郷保育園

	献立名	材料名	朝おやつ(未満児のみ) 午後おやつ(未満児・以上児)
1 (水)	ごはん 鶏のごま味噌焼き 煮浸し すまし汁 バナナ	米 鶏肉・すりごま・味噌・砂糖・みりん・酒・醤油 小松菜・しめじ・油揚げ・酒・みりん・醤油・砂糖 肉団子・大根・人参・みつば・食塩・薄口醤油 バナナ	たまごボーロ マカロニきな粉 (マカロニ・きな粉・砂糖・塩)
2 (木)	牛丼 ゆかり和え 味噌汁 オレンジ	米・牛肉・しめじ・玉葱・もやし・人参・醤油・砂糖・みりん・酒・油 キャベツ・もやし・切干大根・ゆかり じゃがいも・玉葱・ごぼう・葱・味噌 オレンジ	チーズ 抹茶ボーロ (小麦粉・砂糖・バター・油・抹茶)
3 (金)	 文化の日(祝日休園) 		
4 (土)	わかめうどん 和え物 バナナ	ゆでうどん・鶏肉・玉葱・人参・椎茸・葱・わかめ・砂糖・みりん・塩・醤油 人参・きゅうり・大根・すりごま・醤油 バナナ	ごまポッキー おやつ
6 (月)	ごはん 鶏の照り焼き 高野豆腐の煮物 味噌汁 バナナ	米 鶏肉・酒・みりん・砂糖・醤油・おろし生姜 高野豆腐・人参・葱・酒・みりん・砂糖・薄口醤油・塩 舞茸・麩・人参・みつば・味噌 バナナ	スティックビスケット もちもちココアパン (白玉団子の粉・ココア・油・牛乳・砂糖)
7 (火)	ごはん 魚の竜田揚げ ツナ和え 味噌汁 オレンジ	米 さば・おろし生姜・酒・みりん・醤油・片栗粉・揚げ油 キャベツ・きゅうり・人参・ツナ・醤油・砂糖 白菜・厚揚げ・大根・葱・味噌 オレンジ	チーズ 焼きりんご (りんご・無塩バター・グラニュー糖)
8 (水)	バターライス ローストチキン ジャーマンポテト スープ なし	米・ミックスベジタブル・ツナ・バター・コンソメ・塩・こしょう 鶏肉・おろしにんにく・おろし生姜・酒・みりん・砂糖・醤油・塩・こしょう じゃがいも・ベーコン・玉葱・油・塩・こしょう・コンソメ 人参・えのき・玉葱・コンソメ・パセリ なし	ブルーン ドーナツ (ホットケーキ粉・小麦粉・砂糖・卵・牛乳・揚げ油)
9 (木)	ごはん 豚肉と豆腐のトロトロ炒め もみのり和え 味噌汁 柿	米 豚肉・豆腐・キャベツ・なめこ・しめじ・酒・鶏がら・薄口醤油・砂糖・ごま油・片栗粉 ほうれん草・人参・もやし・もみのり・醤油 さつまいも・しらたき・大根・葱・味噌  柿	ごまポッキー ホットビスケット (小麦粉・BP・無塩バター・砂糖・生クリーム)
10 (金)	 お弁当の日  ※必ず火を通したものをに入れていただきますようお願い致します。		
11 (土)	わかめごはん 和え物  さつまいも汁 みかん	米・わかめふりかけ キャベツ・白菜・きゅうり・ツナ・すりごま・醤油・砂糖 白玉団子の粉・絹ごし豆腐・豚肉・さつまいも・人参・しめじ・玉葱・葱・味噌 みかん 	スティックビスケット おやつ
13 (月)	ごはん 塩から揚げ 酢の物 味噌汁 オレンジ	米 鶏肉・塩麴・醤油・砂糖・こしょう・おろし生姜・おろしにんにく・片栗粉・揚げ油 ほうれん草・きゅうり・大根・酢・砂糖・薄口醤油・すりごま 白菜・玉葱・しめじ・葱・味噌 オレンジ	ブルーン 焼きそば (焼きそば麺・豚肉・玉葱・しめじ・コーン・人参・青梗菜・焼きそばソース)
14 (火)	ごはん 魚の香味焼き ひじきの煮物 味噌汁 バナナ	米 さば・おろしにんにく・おろし生姜・酒・砂糖・醤油・ごま油・葱 ひじき・油揚げ・人参・みりん・酒・砂糖・醤油 かぼちゃ・人参・わかめ・味噌 バナナ	ごまポッキー 麩のラスク (麩・砂糖・無塩バター)
15 (水)	ごはん 五目麻婆 中華きゅうり スープ りんご	米 豚挽肉・大豆・玉葱・人参・こら・干し椎茸・おろしにんにく・おろし生姜・砂糖・酒・醤油・味噌・テンメソジャン・片栗粉・ごま油 きゅうり・酢・砂糖・醤油・ごま油・塩・かつお節 卵・しめじ・しそ・鶏がら・醤油・酢・片栗粉・ごま油 りんご	チーズ お好み焼き (小麦粉・卵・キャベツ・葱・豚肉・お好みソース)
16 (木)	ごはん 鶏の塩こうじ焼き 切干大根の煮物 味噌汁 バナナ	米 鶏肉・塩麴・おろし生姜・おろしにんにく・酒・醤油・砂糖・こしょう 切干大根・人参・油揚げ・みりん・薄口醤油・醤油・砂糖 麩・もやし・ごぼう・葱・味噌 バナナ	スティックビスケット スイートポテト (さつまいも・バター・牛乳・砂糖)

	献立名	材料名	朝おやつ(未満児のみ) 午後おやつ(未満児・以上児)
17 (金)	★誕生会 炊き込みごはん 厚揚げの味噌炒め 梅和え すまし汁 なし	米・鶏肉・人参・ひじき・酒・砂糖・醤油・みりん・薄口醤油 豚肉・厚揚げ・玉葱・人参・ピーマン・砂糖・味噌・醤油・油 キャベツ・ほうれん草・もやし・梅干し・砂糖・醤油 大根・玉葱・舞茸・みつば・薄口醤油・塩 なし	たまごボーロ あんまん (こしあん・ホットケーキ粉・牛乳)
18 (土)	鶏ごぼうごはん 和え物 味噌汁 バナナ	米・鶏挽肉・ごぼう・醤油・みりん・酒・砂糖・油 きゅうり・人参・大根・砂糖・ツナ・醤油 キャベツ・わかめ・板こんにゃく・葱・味噌 バナナ	ごまポッキー おやつ
20 (月)	ごはん レバーの甘辛揚げ マヨ納豆和え 味噌汁 オレンジ	米 鶏レバー・片栗粉・揚げ油・醤油・みりん・砂糖 キャベツ・もやし・人参・かつお節・ひきわり納豆・醤油・マヨネーズ 厚揚げ・椎茸・切干大根・みつば・味噌 オレンジ	スティックビスケット ビスケットサンド (ビスケット・いちごジャム)
21 (火)	豆乳レーズンパン さけのサクサク焼き サラダ スープ バナナ	豆乳レーズンパン さけ・塩・パン粉・ウスターソース・パセリ ほうれん草・きゅうり・大根・ツナ・薄口醤油・酢・砂糖・油 キャベツ・じゃがいも・人参・コンソメ バナナ	たまごボーロ そばろおにぎり (米・豚挽肉・砂糖・醤油・油)
22 (水)	ごはん 卵焼き きんぴらごぼう 味噌汁 オレンジ	米 卵・ツナ・えのき・みつば・塩・薄口醤油・みりん・砂糖 ごぼう・人参・しらたき・豚挽肉・みりん・砂糖・醤油・ごま油・ごま 玉葱・白菜・大根・葱・味噌 オレンジ	ごまポッキー みたらし団子 (白玉団子の粉・絹ごし豆腐・砂糖・醤油・みりん・片栗粉)
23 (木)	 勤労感謝の日 (祝日休園)		
24 (金)	カレーライス サラダ チーズ みかん	米・豚肉・人参・玉葱・しめじ・じゃがいも・カレールウ・油 キャベツ・きゅうり・ハム・コーン・塩昆布・かつお節・酢・薄口醤油・砂糖・油 スティックチーズ みかん	プルーン ココアパイ (パイシート・グラニュー糖・ココア)
25 (土)	野菜あんかけ丼 味噌汁 バナナ	米・豚肉・青梗菜・玉葱・もやし・しめじ・人参・砂糖・みりん・醤油・酒・油・片栗粉 麩・玉葱・大根・みつば・味噌 バナナ	スティックビスケット おやつ
27 (月)	ごはん 揚げ出し豆腐 しらす和え 味噌汁 バナナ	米 豆腐・片栗粉・揚げ油・豚挽肉・葱・おろし生姜・酒・みりん・薄口醤油・醤油・砂糖・片栗粉 キャベツ・もやし・きゅうり・しらす・醤油・砂糖 肉団子・白菜・舞茸・人参・味噌 バナナ	たまごボーロ ラスク (食パン・バター・グラニュー糖)
28 (火)	ごはん 煮魚 なめたけ和え 味噌汁 りんご	米 さば・醤油・みりん・酒・砂糖・しょうが ほうれん草・ちくわ・人参・なめたけ・醤油 油揚げ・しらたき・玉葱・葱・味噌 りんご	プルーン 和風ポテト (じゃがいも・揚げ油・あおのり・ゆかり・塩)
29 (水)	ごはん 中華チキン 中華炒め スープ バナナ	米 鶏肉・おろし生姜・おろしにんにく・みりん・酒・醤油・ごま油・玉葱・ごま 青梗菜・豚肉・玉葱・醤油・ごま油 春雨・もやし・人参・しそ・しめじ・鶏がら バナナ	スティックビスケット きな粉のケーキ (ホットケーキ粉・きな粉・調製豆乳・卵・レーズン・無塩バター・砂糖)
30 (木)	肉味噌スパゲティー サラダ ゆで卵 みかん	スパゲティー・豚挽肉・玉葱・人参・キャベツ・しそ・砂糖・みりん・味噌・醤油・片栗粉・油 白菜・大根・人参・すりごま・薄口醤油・酢・砂糖・油 卵・塩 みかん	チーズ 梅おにぎり (米・梅干し・かつお節)

※未満児は朝おやつ・午後おやつ、以上児は、給食・午後おやつの際に牛乳を提供しています。
 ※天候等の理由により、一部献立が変わる場合もありますので、あらかじめご了承ください。