



11月幼児食献立表



みのり乳児保育園

	献立名	材料名	朝おやつ・午後おやつ
1 水	ごはん 牛肉と蓮根炒め じゃが芋のおかか煮 大根の味噌汁 くだもの	米 牛肉・蓮根・人参・玉葱・にんにく・油・酒・醤油・みりん じゃが芋・醤油・酒・砂糖・かつお節 大根・玉葱・えのき・わかめ・葱・味噌	黒ごまビスケット・牛乳 焼きそば・牛乳 中華麺・豚ばら肉・キャベツ・人参・もやし ごま油・ソース・醤油・みりん・砂糖
2 木	ごはん 鶏のねぎ焼き スパゲティサラダ えのきの味噌汁 くだもの	米 鶏もも肉・醤油・みりん・酒・葱 スパゲティ・ハム・人参・胡瓜・キャベツ・マヨネーズ・醤油 えのき・玉葱・葱・もやし・キャベツ・味噌	とろべー・牛乳 いちごロール・牛乳
3 金	 文化の日 		
4 土	野菜のあんかけ丼 人参の味噌汁 くだもの	米・豚ばら肉・人参・白菜・しめじ・もやし・砂糖・みりん・醤油・酒・油 人参・玉葱・えのき・わかめ・葱・味噌	おやつ・牛乳 ぶどうゼリー・牛乳
6 月	ごはん 鶏の梅マヨ焼き 栄養きんぴら かぶの味噌汁 くだもの	米 鶏もも肉・梅干し・マヨネーズ・醤油・砂糖・みりん・かつお節 豚挽肉・ごぼう・人参・竹輪・刻み昆布・油・酒・醤油・砂糖・みりん・ごま かぶ・玉葱・えのき・わかめ・葱・味噌	ハイハイン・牛乳 フルーツきんとん・牛乳 さつま芋・梨・桃缶・砂糖 
7 火	黒糖パン カレイの香草焼き ひじきサラダ 和風ポトフ くだもの	黒糖パン カレイ・塩・酒・パン粉・カレー粉・パセリ粉・オリーブ油 ひじき・人参・コーン缶・胡瓜・ごま油・醤油・酢・砂糖 ベーコン・じゃが芋・人参・玉葱・キャベツ・中華だし・醤油	ルヴァン・牛乳 鶏めし・牛乳 米・鶏もも肉・ごぼう・人参・醤油・酒・みりん 砂糖・にんにく
8 水	ごはん 豚ごぼうのしぐれ煮 南瓜の煮物 もやしの味噌汁 くだもの	米 豚ばら肉・ごぼう・生姜・醤油・砂糖・酒・ごま かぼちゃ・砂糖・醤油 もやし・人参・玉葱・わかめ・葱・味噌 	干し芋・牛乳 和風ポテト・牛乳 じゃが芋・青のり・ゆかり・ごま・塩
9 木	ごはん ローストチキン ごぼうサラダ ほうれん草の味噌汁 くだもの	米 鶏もも肉・玉葱・生姜・にんにく・醤油・酒・ケチャップ・ソース ごぼう・人参・胡瓜・ホタテ缶・酢・醤油・砂糖・ごま油・ごま ほうれん草・えのき・人参・玉葱・葱・味噌	野菜ハイハイン・牛乳 抹茶どら焼き・牛乳 ホットケーキ粉・白玉粉・抹茶・みりん 砂糖・小豆缶
10 金	ごはん チャブチェ ツナサラダ さつま芋の味噌汁 くだもの	米 牛ばら肉・玉葱・人参・春雨・葱・中華だし・醤油・酒・砂糖・ごま油 ツナ・キャベツ・人参・ブロッコリー・マヨネーズ・塩 さつま芋・玉葱・キャベツ・人参・味噌	黒ごまビスケット・牛乳 紅茶クッキー・牛乳 小麦粉・砂糖・油・紅茶葉
11 土	味噌煮込みうどん ブロッコリーとさつま芋和え くだもの	うどん・豚ばら肉・人参・玉葱・白菜・葱・中華だし・味噌 ブロッコリー・さつま芋・ごま・醤油	おやつ・牛乳 りんごプチパン・牛乳
13 月	ごはん 甘辛ポークソテー もみのり和え なめこ汁 くだもの	米 豚ロース肉・小麦粉・酒・みりん・醤油・砂糖 キャベツ・小松菜・人参・もみのり・醤油 なめこ・玉葱・白菜・わかめ・葱・味噌	干し芋・牛乳 南瓜もち・牛乳 南瓜・白玉粉・油・醤油・砂糖・みりん もみのり
14 火	ハヤシライス コールスロー 焼き南瓜 くだもの	米・牛ばら肉・玉葱・人参・じゃが芋・ハヤシライスルー・油 キャベツ・人参・コーン缶・マヨネーズ・オリーブ油・酢・砂糖 南瓜・塩・パセリ粉 	ハイハイン・牛乳 みかん寒・牛乳 粉寒天・オレンジジュース・砂糖・みかん缶
15 水	ごはん のり塩からあげ 春雨サラダ にらの味噌汁 くだもの	米 鶏もも肉・酒・にんにく・塩・中華だし・青のり・ごま油・片栗粉・油 春雨・胡瓜・人参・酢・醤油・砂糖・ごま油・ごま にら・玉葱・人参・白菜・えのき・味噌	ルヴァン・牛乳 ピザまん・牛乳 小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖・塩・油 豚挽肉・玉葱・なす・コーン缶・ケチャップ・コンソメ

★献立内容や材料の変更がある場合がありますので、あらかじめご了承ください。
★マヨネーズ、パン類、麺類、加工肉は全て卵乳不使用のものを使用しています。
★今月は旬の食材として里芋、さつま芋、きのこ、ごぼう、鮭、りんご、柿、梨などを取り入れています。
★調味料の中の「酒」は料理酒（アルコール度12%）を使用しています。 ★朝おやつに今月から干し芋を取り入れています。（冬季の期間のみ）

	献立名	材料名	朝おやつ・午後おやつ
16 木	きのこスパゲティ 金時豆煮 人参ごまサラダ くだもの	スパゲティ・えのき・しめじ・玉葱・ベーコン・醤油・塩・油・もみのり 金時豆・砂糖・醤油 人参・胡瓜・ブロッコリー・ツナ・ごま・酢・醤油・砂糖	干しぶどう・牛乳 さつま芋むすび・牛乳 米・さつま芋・塩・黒ごま 
17 金	ごはん 鮭の西京焼き ひじきの煮物 のっぺい汁 くだもの	米 鮭・味噌・みりん・砂糖・マヨネーズ ひじき・人参・竹輪・醤油・砂糖・ごま油・ごま・かつお節 鶏もも肉・里芋・糸こんにゃく・ごぼう・大根・人参・葱・醤油・塩	野菜ハイハイン・牛乳 ツナマヨトースト・牛乳 食パン・ツナ・玉葱・パセリ粉・マヨネーズ
18 土	牛しぐれごはん 人参の味噌汁 くだもの	米・牛ばら肉・生姜・油・醤油・砂糖・もみのり 人参・玉葱・えのき・わかめ・葱・味噌 	おやつ・牛乳 青りんごゼリー・牛乳
20 月	ごはん 豚肉と昆布の炒め煮 ポテトサラダ 白菜の味噌汁 くだもの	米 豚ばら肉・ごま油・刻み昆布・酒・醤油・生姜・砂糖 じゃが芋・胡瓜・人参・コーン缶・マヨネーズ・塩 白菜・もやし・玉葱・わかめ・葱・味噌	黒ごまビスケット・牛乳 芋おはぎ・牛乳 もち米・米・さつま芋・砂糖・塩
21 火	誕生会 鮭ときのこの混ぜごはん ミートローフ 白菜のしゃきしゃき和え 里芋の味噌汁 くだもの	米・鮭・しめじ・えのき・人参・塩・醤油・酒・砂糖・ごま油 合挽肉・玉葱・ひじき・人参・南瓜・ごま・パン粉・ケチャップ・ソース・砂糖・醤油 白菜・人参・キャベツ・醤油・ごま・ごま油 里芋・玉葱・えのき・わかめ・葱・味噌	ハイハイン・牛乳 りんごのホットケーキ・牛乳 ホットケーキ粉・りんご・砂糖・油 
22 水	ごはん カレイのごま焼き 南瓜のそぼろ煮 しめじの味噌汁 くだもの	米 カレイ・ごま・黒ごま・醤油・みりん 南瓜・豚挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 しめじ・玉葱・人参・キャベツ・葱・味噌	干し芋・牛乳 中華ぞうすい・牛乳 米・鶏挽肉・白菜・大根・人参・えのき・葱 中華だし・醤油・塩・ごま油
23 木	 勤労感謝の日 		
24 金	ぶどうパン 鶏のサクサク焼き キャベツのソテー かぶのポトフ くだもの	ぶどうパン 鶏もも肉・塩・パン粉・パセリ粉・ケチャップ・ソース キャベツ・しめじ・人参・コーン缶・油・コンソメ・醤油・ガーリックパウダー 焼き豚・かぶ・玉葱・人参・里芋・えのき・コンソメ・塩	干しぶどう・牛乳 ゆうやけおにぎり・牛乳 米・人参・しらす・塩・醤油・酒
25 土	ポークカレー 大根サラダ くだもの	米・豚ばら肉・玉葱・人参・じゃが芋・しめじ・りんご・油・カレールウ 大根・胡瓜・コーン缶・酢・砂糖・醤油・かつお節	おやつ・牛乳 栗パン・牛乳 
27 月	ごはん 鶏レバーの味噌煮 切干ナポリタン ねぎごまスープ くだもの	米 鶏レバー・生姜・味噌・砂糖・みりん・酒 切干大根・ベーコン・人参・ピーマン・油・ケチャップ・ソース・醤油・砂糖 豚挽肉・キャベツ・春雨・もやし・葱・生姜・中華だし・醤油・酒・ごま	干しぶどう・牛乳 すいとん汁・牛乳 小麦粉・鶏もも肉・白菜・玉葱・人参・味噌
28 火	五目ラーメン ごま味噌和え さつま芋の甘煮 くだもの	中華麺・豚ばら肉・白菜・玉葱・人参・もやし・竹輪・葱・ごま油 中華だし・醤油・酒・生姜・にんにく ほうれん草・キャベツ・人参・味噌・砂糖・醤油・ごま さつま芋・砂糖・醤油	野菜ハイハイン・牛乳 焼き味噌おにぎり・牛乳 米・味噌・醤油・みりん・砂糖・ごま油・ごま
29 水	 お弁当の日 		
30 木	ごはん カレイの香り焼き 人参きんぴら 南瓜の味噌汁 くだもの	米 カレイ・醤油・酒・砂糖・みりん・にんにく・生姜 人参・えのき・ごま油・砂糖・醤油・ごま 南瓜・玉葱・しめじ・わかめ・葱・味噌 	黒ごまビスケット・牛乳 里芋コロッケ・牛乳 里芋・玉葱・牛挽肉・コーン缶・塩・小麦粉 パン粉・油・ケチャップ・ウスター・砂糖