



11月 献立表



	献立名	材料名	おやつ (朝: 乳児部のみ)
1 (水)	ごはん 肉じゃが ゆかりのマヨ和え もやし味の味噌汁 バナナ	米 豚肉・玉葱・人参・じゃが芋・しらたき・酒・みりん・砂糖・醤油・薄口・かつお昆布だし・油 キャベツ・切干大根・人参・コーン・ゆかり・マヨネーズ もやし・玉葱・しめじ・白葱・味噌・煮干し昆布だし バナナ	スティックビスケット あずきカステラ (小麦粉・ベーキングパウダー・無塩バター・卵・砂糖・豆乳・ゆで大豆)
2 (木)	ごはん 魚のチャンチャン焼き ほうれん草のごま和え すまし汁 オレンジ	米 シイラ・キャベツ・玉葱・もやし・みりん・砂糖・酒・味噌 ほうれん草・しめじ・人参・すりごま・醤油・砂糖 大根・木綿豆腐・みつば・塩・薄口・かつお昆布だし オレンジ	ルヴァン 手作りチーズ (絹ごし豆腐・油・砂糖・ベーキングパウダー・強力粉・塩・ダイスカットチーズ)
3 (金)	🌸文化の日🌸		
4 (土)	梅じゃこチャーハン 野菜炒め わかめスープ バナナ	米・豚挽き肉・しらす・梅干し・玉葱・葱・ごま油・醤油・塩・酒・ごま 豚肉・酒・キャベツ・人参・もやし・ピーマン・ごま油・塩 わかめ・コーン・白ネギ・鶏から バナナ	クラッカー おやつパン
6 (月)	野菜そぼろ丼 蒸し野菜 なめこの味噌汁 オレンジ	米・豚挽き肉・酒・ひきわり納豆・キャベツ・小松菜・玉葱・人参・コーン・油・醤油・塩・ごま油・片栗粉 南瓜・さつま芋・ブロッコリー・塩 厚揚げ・なめこ・玉葱・葱・味噌・煮干し昆布だし オレンジ	スティックビスケット ピザせんべい (ぎょうざの皮・コーン・ピーマン・ウインナー・ケチャップ・ピザ用チーズ)
7 (火)	ごはん 鶏のしそおかか焼き 切干大根のパリパリ炒め ごぼうの味噌汁 バナナ	米 鶏肉・かつお節・しそ・酒・みりん・砂糖・醤油 切干大根・もやし・ベーコン・にら・油・薄口・酒 ごぼう・玉葱・人参・葱・味噌・煮干し昆布だし バナナ	ブーレン クラッカーサンド (クラッカー・マーマレード)
8 (水)	ビビンバ ★乳児誕生会 魚の香味揚げ 春雨サラダ ホタテのスープ りんご	米・豚挽き肉・ほうれん草・人参・もやし・卵・おろしにんにく・砂糖・醤油・ごま油 たい・片栗粉・揚げ油・葱・にんにく・生姜・酒・砂糖・醤油・ごま油 春雨・キャベツ・きゅうり・ハム・コーン・酢・砂糖・薄口・ごま油 白菜・玉葱・ホタテ缶・鶏から・片栗粉 りんご	ルヴァン 青りんごゼリー
9 (木)	ごはん すき焼き風煮 ブロッコリーの昆布和え わかめの味噌汁 バナナ	米 豚肉・玉葱・人参・白菜・しらたき・椎茸・木綿豆腐・白葱・醤油・砂糖・酒 ブロッコリー・ちくわ・塩昆布・ごま油 わかめ・油揚げ・もやし・葱・味噌・煮干し昆布だし バナナ	クラッカー オールドファッション (小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖・バター・卵・揚げ油)
10 (金)	ごはん 里芋のハンバーグ 大根サラダ お麩の味噌汁 オレンジ	米 豚挽き肉・里芋・玉葱・人参・パン粉・卵・塩・醤油・みりん・砂糖 大根・きゅうり・ツナ・マヨネーズ・醤油・かつお節 お麩・舞茸・人参・玉葱・葱・味噌・煮干し昆布だし オレンジ	スティックビスケット マカロニきな粉 (マカロニ・きな粉・砂糖・塩)
11 (土)	ほうれん草ピラフ 焼き南瓜 コンソメスープ バナナ	米・ベーコン・ほうれん草・ミックスベジタブル・玉葱・バター・塩・こしょう・コンソメ 南瓜・油・塩 キャベツ・しめじ・玉葱・人参・コンソメ バナナ	ルヴァン おやつパン
13 (月)	ごはん 豚肉の甘辛炒め さつま芋サラダ 油揚げの味噌汁 オレンジ	米 豚肉・かぶ・椎茸・人参・玉葱・醤油・砂糖・酒・ごま油 さつま芋・きゅうり・ハム・マヨネーズ 油揚げ・大根・しめじ・みつば・味噌・煮干し昆布だし オレンジ	クラッカー 南瓜だんご (団子の粉・南瓜・醤油・みりん・砂糖・片栗粉)
14 (火)	食パン オムレツ ささみサラダ 豆乳スープ バナナ	食パン 卵・ツナ・えのき・グリーンピース・玉葱・じゃが芋・ケチャップ ささみ・塩・酒・キャベツ・人参・油・酢・塩・こしょう・砂糖 ベーコン・白菜・玉葱・コーン・しめじ・コンソメ・豆乳 バナナ	スティックビスケット ひじきおこぎり (米・人参・ひじき・酒・みりん・砂糖・醤油・出汁昆布)
15 (水)	ごはん ★細落とし会 鯖の味噌煮 れんこんのおかか和え 花麩のすまし汁 グレープフルーツ	米 鯖・味噌・生姜・酒・みりん・砂糖 れんこん・きゅうり・ちくわ・酢・醤油・砂糖・ごま油・かつお節 花麩・えのき・玉葱・人参・葱・薄口・塩・かつお昆布だし グレープフルーツ	ルヴァン 三色蒸しパン (ホットケーキミックス・豆乳・抹茶・食紅)
16 (木)	塩焼きそば 元気サラダ ゆで卵 バナナ	焼きそば麺・豚肉・玉葱・もやし・人参・椎茸・葱・チンゲン菜・塩・こしょう・薄口・ごま油・鶏から ハム・キャベツ・きゅうり・人参・トマト・ツナ・塩昆布・薄口・酢・砂糖・油 卵・塩 バナナ	クラッカー おやつクッキー (小麦粉・無塩バター・砂糖・さつま芋・黒ごま)

	献立名	材料名	おやつ
17 (金)	ごはん 鶏のカレー揚げ 梅納豆和え 里芋の味噌汁 オレンジ	米 鶏肉・カレー粉・片栗粉・塩・揚げ油 小松菜・人参・もやし・ひきわり納豆・梅干し・醤油 里芋・人参・厚揚げ・葱・味噌・煮干し昆布だし	スティックビスケット 豆腐入りたこ焼き (木綿豆腐・たこ・キャベツ・葱・小麦粉・卵・油・お好みソース・マヨネーズ)
18 (土)	さつまいもごはん れんこんソテー 白菜の味噌汁 ハナナ	米・さつまいも・黒ごま・酒・塩・出汁用昆布 れんこん・ベーコン・玉葱・ピーマン・コンソメ・油 白菜・しめじ・ごぼう・油揚げ・葱・ごま油・味噌・煮干し昆布だし	ルヴァン おやつパン
20 (月)	ごはん 五目豆 わかめの酢の物 南瓜の味噌汁 オレンジ	米 鶏肉・大豆・人参・れんこん・干し椎茸・酒・みりん・砂糖・醤油・油・かつお昆布だし きゅうり・わかめ・かかま・砂糖・酢・醤油・ごま 南瓜・玉葱・お麩・みつば・味噌・煮干し昆布だし	クラッカー ココアポーロ (小麦粉・砂糖・無塩バター・油・ココア)
21 (火)	ごはん 鶏のとろろ焼き ひじきの煮物 さつまいもの味噌汁 ハナナ	米 鶏肉・醤油・長芋・マヨネーズ・醤油・酒・刻みのみ ひじき・油揚げ・人参・みりん・酒・砂糖・醤油・かつお昆布だし さつまいも・玉葱・板こんにゃく・葱・味噌・煮干し昆布だし	プレーン くるくるパイ (パイ生地・グラニュー糖・ブルーベリージャム)
22 (水)	ハヤシライス ブロッコリーのマヨ和え ミニトマト オレンジ	米・豚肉・玉葱・マッシュルーム・しめじ・舞茸・ハヤシルー・油 ブロッコリー・人参・コーン・塩・マヨネーズ ミニトマト	スティックビスケット 揚げパン (コッパン・揚げ油・きな粉・砂糖)
23 (木)	🌸 勤労感謝の日 🌸		
24 (金)	ごはん シバーのかりんとう ゆず風味和え かぶの味噌汁 ハナナ	米 鶏シバー・片栗粉・じゃが芋・揚げ油・醤油・酒・砂糖・ごま 大根・人参・きゅうり・ゆず・酢・砂糖・薄口・塩 かぶ・白菜・木綿豆腐・白葱・味噌・煮干し昆布だし	ルヴァン 肉まん (肉団子・ホットケーキミックス・豆乳)
25 (土)	豚肉のおろし丼 青のりポテト もやしの味噌汁 オレンジ	米・豚肉・大根・玉葱・人参・えのき・葱・醤油・薄口・酒・みりん・砂糖・油・かつお昆布だし じゃが芋・塩・青のり もやし・玉葱・しめじ・みつば・味噌・煮干し昆布だし	クラッカー おやつパン
27 (月)	ごはん 豆腐チャンプルー ナムル 春雨スープ ハナナ	米 木綿豆腐・豚肉・しめじ・ちくわ・にら・醤油・ごま油 きゅうり・もやし・しらたき・人参・すりごま・酢・薄口・砂糖・ごま油 春雨・人参・コーン・白葱・卵・鶏から	スティックビスケット アップルスイートポテト (さつまいも・バター・砂糖・豆乳・りんご)
28 (火)	★幼児誕生会 栗ごはん コロッケ 白菜のごま和え のっぺい汁 りんご	米・栗の甘露煮・酒・塩・出汁用昆布 じゃが芋・豚挽き肉・玉葱・小麦粉・卵・パン粉・油・塩・こしょう・ウスターソース 白菜・ほうれん草・きゅうり・ツナ・醤油・ごま 鶏肉・里芋・大根・人参・白葱・薄口・塩・片栗粉・かつお昆布だし	ルヴァン 柿 
29 (水)	お弁当の日  ※必ず加熱したものをに入れて下さい。ミニトマトやぶどうは食べやすい大きさに切って下さい。		
30 (木)	ごはん 鮭のバター醤油焼き 卵の花 キャベツの味噌汁 ハナナ	米 鮭・舞茸・しめじ・バター・醤油 おから・油揚げ・干し椎茸・人参・葱・みりん・醤油・砂糖・かつお昆布だし キャベツ・椎茸・板こんにゃく・ごぼう・みつば・味噌・煮干し昆布だし	スティックビスケット 紅茶ホットケーキ (ホットケーキミックス・卵・豆乳・紅茶茶葉)

※献立の中の食材で、まだ家庭で食べていないものがありましたらその日までに家庭で食べてください。
(家庭で食べたことのない物は保育園では提供することができません。)

※ハム・ベーコン・ウインナー・焼豚・ちくわ・肉団子については、卵・乳製品不使用のものを使用しています。
マヨネーズについては、卵不使用のものを使用しています。
梅干しについては、はちみつ入りの物を使用しています。(必ず1歳を過ぎてから食べてください)

★うめ組～さくら組は朝おやつ・昼おやつの時に牛乳を飲み、ばら組～ひまわり組は、給食・昼おやつの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もありますので、あらかじめご了承ください。