



# 11月献立表



美保関西保育所

	献立名	材料名	おやつ
1 (土)	鶏ごぼうごはん 味噌汁 オレンジ	米・鶏肉・ごぼう・人参・砂糖・酒・みりん・醤油・油 玉葱・しめじ・大根・味噌 オレンジ	ルヴァン おやつパン
3 (月)		 文化の日 	
4 (火)	ごはん 豚だいこん 和え物 味噌汁 オレンジ	米 豚肉・大根・人参・しらたき・生姜・味噌・砂糖・醤油・みりん・油 キャベツ・きゅうり・すりごま・醤油 椎茸・白菜・玉葱・薄口 オレンジ	ルヴァン クラッカーサンド (クラッカー・ブルーベリージャム)
5 (水)	ごはん 魚の塩焼き 煮浸し 味噌汁 りんご	米 鮭・酒・塩 小松菜・人参・油揚げ・みりん・醤油 さつま芋・えのき・大根・味噌 りんご	黒ごまビスケット おからケーキ (ホットケーキミックス・牛乳・砂糖・無塩バター・おから)
6 (木)	ごはん 豆腐チャンプルー 和え物 味噌汁 オレンジ	米 豆腐・豚肉・玉葱・もやし・椎茸・にら・醤油・酒・鶏ガラ・ごま油 プロッコリー・れんこん・かつお節・醤油 人参・大根・キャベツ・味噌 オレンジ	クラッカー 大学芋 (さつま芋・砂糖・醤油・油)
7 (金)	食パン 鶏のオーロラ焼き きのこソテー スープ バナナ	食パン 鶏肉・ケチャップ・マヨネーズ・パセリ しめじ・椎茸・じゃが芋・コーン・ベーコン・油・醤油・塩・こしょう 人参・玉葱・もやし・コンソメ バナナ	動物ビスケット たぬきむすび (米・天かす・めんつゆ・もみのり・葱)
8 (土)	キャベツの肉味噌丼 すまし汁 オレンジ	米・豚肉・キャベツ・玉葱・人参・しめじ・味噌・醤油・酒・砂糖・みりん・油 大根・さつま芋・玉葱・薄口 オレンジ	ルヴァン おやつパン
10 (月)	カレーライス コロコロサラダ オレンジ	米・豚肉・じゃが芋・人参・玉葱・しめじ・カレールウ・油 大根・れんこん・コーン・酢・薄口・砂糖・油 オレンジ	動物ビスケット 照り焼きまん (ホットケーキミックス・鶏挽き肉・玉葱・人参・醤油・酢・砂糖・油)
11 (火)	ごはん 鶏のしそ焼き きんぴらごぼう 味噌汁 バナナ	米 鶏肉・しそ・醤油・酒・みりん・砂糖 ごぼう・人参・しらたき・みりん・砂糖・醤油・ごま油・ごま 玉葱・しめじ・白菜・味噌 バナナ	ルヴァン マカロニきな粉 (マカロニ・きな粉・砂糖・塩)
12 (水)	ごはん 煮魚 マヨ和え 味噌汁 梨	米 ブリ・醤油・みりん・酒・砂糖・生姜 大根・きゅうり・かつお節・醤油・マヨネーズ 玉葱・油揚げ・もやし・味噌 梨	黒ごまビスケット おにぎり (米・塩昆布・ごま)
13 (木)	ごはん レバーの甘辛煮 ごま酢和え 味噌汁 バナナ	米 鶏レバー・片栗粉・揚げ油・醤油・みりん・砂糖 小松菜・切干大根・ごま・酢・醤油・砂糖 南瓜・えのき・人参・味噌 バナナ	クラッcker 野菜クラッcker (小麦粉・人参・パセリ・バター・コンソメ・塩)
14 (金)	ごはん 豚の柳川風煮 和え物 味噌汁 オレンジ	米 豚肉・ごぼう・玉葱・人参・チングン菜・卵・油・砂糖・醤油・みりん きゅうり・れんこん・コーン・ひじき・醤油 大根・しめじ・もやし・味噌 オレンジ	動物ビスケット ゼリー
15 (土)	チャーハン スープ オレンジ	米・豚肉・玉葱・人参・椎茸・葱・砂糖・醤油・ごま油・塩・こしょう・中華だし 玉葱・キャベツ・大根・鶏ガラ オレンジ	ルヴァン おやつパン
17 (月)	ごはん 鶏のマーマレード焼き 梅納豆和え 味噌汁 バナナ	米 鶏肉・みりん・醤油・マーマレード 小松菜・切干大根・納豆・梅干し・かつお節・砂糖・醤油 人参・なめこ・豆腐・わかめ・味噌 バナナ	動物ビスケット お好み焼き風ポテト (じゃが芋・豚挽き肉・キャベツ・ピザチーズ・片栗粉・青のり・お好みソース)

	献立名	材料名	おやつ
18 (火)	中華丼 中華きゅうり スープ オレンジ	米・豚肉・白菜・玉葱・人参・椎茸・たけのこ・薄口・酒・こしょう・中華だし・片栗粉・ごま油 きゅうり・ごま油・塩昆布・醤油・ごま もやし・春雨・コーン・大根・鶏ガラ	ルヴァン きな粉団子 (白玉粉・きな粉・砂糖・塩・絹ごし豆腐)
19 (水)	ごはん 魚の香り焼き ひじきの煮物 味噌汁 りんご	米 鯖・醤油・酒・砂糖・みりん・にんにく・生姜・白葱・すりごま ひじき・油揚げ・人参・酒・みりん・砂糖・醤油 じゃが芋・椎茸・キャベツ・味噌	黒ごまビスケット 抹茶ボーロ (小麦粉・砂糖・バター・油・抹茶)
20 (木)	食パン 鶏肉のトマト煮 ポテトサラダ スープ バナナ	食パン 鶏肉・キャベツ・玉葱・人参・しめじ・コンソメ・塩・こしょう・ケチャップ・片栗粉・油 じゃが芋・きゅうり・塩・こしょう・マヨネーズ 大根・ブロッコリー・もやし・コンソメ	クラッカー おにぎり (米・ツナ・しそ・ごま・醤油)
21 (金)	さつま芋ごはん 鶏の南蛮ソース 和え物 味噌汁 オレンジ	米・さつま芋・黒ごま・酒・塩 鶏肉・片栗粉・揚げ油・葱・酢・砂糖・醤油・ごま油 白菜・人参・もみのり・醤油 玉葱・えのき・大根・味噌	動物ビスケット アップルパイ (パイシート・りんご・グラニュー糖)
22 (土)	スタミナ丼 味噌汁 オレンジ	米・豚肉・人参・キャベツ・玉葱・椎茸・生姜・にんにく・酒・みりん・砂糖・醤油・油 じゃが芋・大根・人参・味噌	ルヴァン おやつパン
24 (月)		 振替休日	
25 (火)	ごはん 肉豆腐 和え物 味噌汁 オレンジ	米 牛肉・豆腐・椎茸・玉葱・人参・葱・砂糖・醤油・みりん・酒・油 きゅうり・かぶ・すりごま・醤油 さつま芋・キャベツ・人参・味噌	 ルヴァン 麩のラスク (麩・砂糖・バター)
26 (水)	ごはん 鯖のかば焼き 切干大根の煮物 味噌汁 りんご	米 鯖・片栗粉・油・醤油・酒・みりん・砂糖 切干大根・人参・油揚げ・みりん・醤油・砂糖 玉葱・しめじ・白菜・味噌	黒ごまビスケット ココアパン (食パン・ココア・砂糖・牛乳)
27 (木)		 お弁当の日 お弁当には必ず火を通したものを入れていただきますようお願いします。	クラッcker 紅茶ケーキ (ホットケーキミックス・紅茶葉・無塩バター・グラニュー糖・牛乳)
28 (金)	豚汁うどん ゆかり和え さつま芋の甘辛煮 バナナ	うどん・豚肉・油揚げ・大根・人参・ごぼう・白葱・味噌・みりん キャベツ・きゅうり・ゆかり さつま芋・醤油・砂糖	動物ビスケット おにぎり (米・かつお節・ごま・薄口・砂糖)
29 (土)	チキンライス スープ オレンジ	米・鶏肉・人参・玉葱・ケチャップ・コンソメ・油 じゃが芋・しめじ・大根・コンソメ	ルヴァン おやつパン

★未満児は朝おやつ・午後おやつ、以上児は給食・午後おやつ時に牛乳を飲みます★  
★マヨネース・ビスケット・ホットケーキミックスは全て卵・乳不使用のものを使用しています★

天候等の理由により、一部献立がかわる場合もありますので、あらかじめご了承下さい