



11月献立表



社会福祉法人 みつき福祉会
みつき中央保育園

	献立名	材料名	おやつ
1 (土)	ビビンバ スープ オレンジ	米・豚挽肉・小松菜・もやし・味噌・おろしにんにく・砂糖・醤油・ごま油・中華だしの素 豆腐・椎茸・玉葱・コーン・ニラ・中華だしの素 オレンジ	おせんべい おやつパン
3 (月)	 振替休日 		
4 (火)	ごはん 厚揚げの中華煮 <u>コロコロナムル</u> スープ バナナ	米 豚肉・厚揚げ・玉葱・人参・椎茸・ニラ・おろし生姜・おろしにんにく・薄口・ 中華だしの素・塩・こしょう・片栗粉・ごま油 大根・大根葉・塩・酢・すりごま・葱・おろしにんにく・ごま油 春雨・舞茸・コーン・カットわかめ・中華だしの素 バナナ	リッツ 南瓜みたらし団子 (白玉粉・南瓜・砂糖・醤油・みりん・ 片栗粉)
5 (水)	ごはん 鯖のみぞれあんかけ 和え物 味噌汁 オレンジ	米 鯖・片栗粉・揚げ油・大根・葱・薄口・みりん・片栗粉 キャベツ・もやし・ツナ・砂糖・薄口 白菜・じゃが芋・玉葱・みつば・ごま油・味噌 オレンジ	ビスケット フルーツヨーグルト (ヨーグルト・砂糖・桃缶・パイナップル缶・ みかん缶)
6 (木)	ポークチャップ丼 ひじきサラダ スープ りんご	米・豚肉・玉葱・しめじ・キャベツ・ケチャップ・ウスターソース・酒・砂糖・油 ひじき・ほうれん草・ハム・コーン・マヨネーズ・醤油 鶏肉・人参・えのき・白葱・鶏がらスープの素・油 りんご	シガーフライ 米粉の焼きドーナツ(ココア味) (絹ごし豆腐・油・豆乳・米粉・砂糖・ ベーキングパウダー・ココア)
7 (金)	★参観日 塩むすび 芋だんご汁	ご家庭で準備してお持ちください。 白玉粉・豆腐・豚肉・人参・玉葱・さつま芋・白菜・大根・しめじ・葱・味噌・油	クラッカー きな粉蒸しパン (ホットケーキミックス・豆乳・油・ きな粉・砂糖)
8 (土)	ねぎ塩混ぜごはん 味噌汁 オレンジ	米・豚ばら肉・白葱・塩・おろしにんにく・こしょう・ごま油 さつま芋・しめじ・ごぼう・大根・みつば・味噌 オレンジ	ビスケット おやつパン
10 (月)	きのこパスタ スティックサラダ バイクドポテト バナナ	スパゲティー・ツナ・えのき・しめじ・椎茸・玉葱・しそ・もみのり・バター・醤油・酒・塩 大根・きゅうり・人参・酢・薄口・砂糖・ごま油 じゃが芋・油・塩 バナナ	リッツ 肉味噌おにぎり (米・豚挽肉・味噌・砂糖・いりごま・みりん)
11 (火)	ごはん 鶏肉の和風炒め しらす和え 味噌汁 オレンジ	米 鶏肉・人参・玉葱・キャベツ・しめじ・酒・醤油・みりん・鶏がらスープの素・油 切干大根・白菜・きゅうり・醤油・砂糖・しらす干し 南瓜・椎茸・油揚げ・白葱・味噌 オレンジ	クラッカー マーブルケーキ (ホットケーキミックス・豆乳・砂糖・ 油・抹茶)
12 (水)	ごはん 卵焼き ひじきの炒め煮 味噌汁 りんご	米 卵・鶏肉・えのき・みつば・薄口・みりん・塩・砂糖 ひじき・油揚げ・人参・みりん・酒・砂糖・醤油・油 大根・しめじ・玉葱・ごぼう・葱・味噌 りんご	ビスケット 豆腐ブラウニー (米粉・ベーキングパウダー・ココア・ 砂糖・油・片栗粉・豆腐)
13 (木)	★紐落としお祝い会 <u>炊き込み寿司</u> 鮭の西京焼き もみのり和え すまし汁 梨	米・すし酢・人参・椎茸・れんこん・コーン・砂糖・塩 鮭・白みそ・みりん・砂糖・酒 ほうれん草・もやし・醤油・もみのり 豆腐・花麴・玉葱・みつば・薄口・塩 梨	シガーフライ 小豆もち (あずき缶・米粉・砂糖・油・きな粉・塩)
14 (金)	ごはん 酢鶏 中華きゅうり とろみスープ バナナ	米 鶏肉・片栗粉・揚げ油・玉葱・人参・干し椎茸・ピーマン・酢・ケチャップ・砂糖・醤油・片栗粉 きゅうり・ごま油・酢・砂糖・醤油・かつお節・塩こんぶ 豚挽肉・厚揚げ・しめじ・白菜・いりごま・おろし生姜・中華だしの素・片栗粉 バナナ	おせんべい ポンデケージョ (じゃが芋・ピザ用チーズ・片栗粉・ 塩・牛乳・油)
15 (土)	豚肉と小松菜の混ぜごはん 味噌汁 オレンジ	米・酒・醤油・豚肉・油・小松菜・塩・こしょう・いりごま 鶏肉・油・里芋・大根・人参・葱・味噌 オレンジ	ビスケット おやつパン

