

11月献立表



美保関西保育所

	献立名	材料名	おやつ
2 （月）	ごはん 豚だいこん 和え物 味噌汁　　みかん	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　　みかん	クラッカー ルヴァンサンド （ルヴァン・ブルーベリージャム）
3 （火）	文化の日		
4 （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	ルヴァン 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）
5 （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 ブロッコリー・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）
6 （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）
7 （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
9 （月）	カレーライス コロコロサラダ みかん	米・豚肉・じゃが芋・人参・玉葱・しめじ・カレールゥ・油 大根・れんこん・コーン・酢・薄口・砂糖・油 みかん	クラッカー 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）
10 （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	黒ごまビスケット マカロニきな粉 （マカロニ・きな粉・砂糖・塩）
11 （水）	ごはん 煮魚 マヨ和え 味噌汁　　梨	米 鯖・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	ルヴァン おにぎり （米・塩昆布・ごま）
12 （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	クラッカー ビーフン （ビーフン・豚挽き肉・玉葱・もやし・にら・鶏ガラ・塩・ごま油）
13 （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・チンゲン菜・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 野菜クラッカー （小麦粉・人参・パセリ・バター・コンソメ・塩）
14 （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・鶏ガラ 玉葱・キャベツ・大根・鶏ガラ オレンジ	ルヴァン おやつパン
16 （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	クラッカー 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
17 （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　　オレンジ	黒ごまビスケット きな粉団子 （白玉粉・きな粉・砂糖・塩・絹ごし豆腐）
18 （水）	 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。		ルヴァン 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）
19 （木）	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　　オレンジ	クラッカー パイ （パイシート・グラニュー糖）
20 （金）	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　　バナナ	動物ビスケット おにぎり （米・ツナ・しそ・ごま・醤油）
21 （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 オレンジ	ルヴァン おやつパン
23 （月）	勤労感謝の日		
24 （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　　オレンジ	黒ごまビスケット 麩のラスク （麩・砂糖・バター）
25 （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　　りんご	ルヴァン フレンチトースト （食パン・バター・牛乳・卵・砂糖）
26 （木）	豚汁うどん ゆかり和え さつま芋の甘辛煮 オレンジ	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 オレンジ	クラッカー おにぎり （米・しらす・ごま・薄口・砂糖）
27 （金）	ごはん 鶏の香り焼き ひじきの煮物 味噌汁　　バナナ	米 鶏肉・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　　バナナ	動物ビスケット 抹茶ボーロ （小麦粉・砂糖・バター・油・抹茶）
28 （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 オレンジ	ルヴァン おやつパン
30 （月）	ごはん 鶏の塩麹焼き 春雨マヨサラダ 味噌汁　　オレンジ	米 鶏肉・塩麹・生姜・にんにく・酒・醤油・砂糖 春雨・きゅうり・ハム・わかめ・マヨネーズ・塩 人参・しめじ・キャベツ・味噌　　オレンジ	クラッカー 南瓜ケーキ （ホットケーキミックス・砂糖・南瓜・バター）

★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★

★マヨネーズ・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