

11月献立表



社会福祉法人　みつき福祉会
みつき保育園
みつき乳児保育園

	献立名	材料名	おやつ
2 （月）	ごはん 豚肉の生姜焼き 和え物 味噌汁　オレンジ	米 豚肉・生姜・玉葱・キャベツ・酒・みりん・醤油・砂糖・油 人参・大根・ツナ・醤油 豆腐・玉葱・油揚げ・葱・味噌　オレンジ	クラッカー 紅茶ボーロ （小麦粉・紅茶・砂糖・無塩バター・油）
3 （火）	 文化の日 		
4 （水）	ごはん 鶏肉のにんにく醤油焼き 切干大根の煮物 味噌汁　りんご	米 鶏肉・にんにく・醤油・酒・砂糖 切干大根・人参・油揚げ・みりん・薄口・醤油・砂糖 しめじ・さつま芋・白菜・葱・味噌　りんご	スティックビスケット ドーナツ （ホットケーキミックス・砂糖・油 絹ごし豆腐）
5 （木）	ごはん 鮭の西京焼き 和え物 のっぺい汁　バナナ	米 鮭・味噌・酒・砂糖・薄口 春菊・白菜・コーン・醤油・砂糖・かつお節 鶏肉・大根・人参・里芋・白葱・薄口・塩・片栗粉　バナナ	プチクラッカー 炊き込みおにぎり （米・鶏肉・しめじ・油揚げ・酒・砂糖 醤油・みりん・薄口・油）
6 （金）	ごはん 豆腐チャンプルー サラダ スープ　オレンジ	米 豚肉・豆腐・人参・玉葱・もやし・ニラ・ごま油・酒・醤油・鶏がらスープの素 ブロッコリー・人参・酢・薄口・砂糖・ごま油・ごま しめじ・コーン・白菜・鶏がらスープの素　オレンジ	せんべい スイートパンプキン （かぼちゃ・バター・砂糖・生クリーム）
7 （土）	炊き込みご飯 味噌汁 バナナ	米・鶏肉・人参・油揚げ・椎茸・酒・砂糖・醤油・みりん・薄口 豚肉・大根・人参・玉葱・葱・味噌 バナナ	せんべい おにぎり
9 （月）	ごはん 鶏肉のねぎ塩焼き もみのり和え 味噌汁　オレンジ	米 鶏肉・葱・酒・塩 キャベツ・切干大根・人参・もみのり・醤油 じゃが芋・油揚げ・玉葱・味噌　オレンジ	リッツ マーマレードポテト （さつま芋・油・マーマレード）
10 （火）	元気もりもり丼 コロコロサラダ 味噌汁　みかん	米・牛肉・キャベツ・しめじ・玉葱・人参・生姜・にんにく・みりん・酒・砂糖・醤油・油 きゅうり・大根・コーン・酢・砂糖・薄口 大根・えのき・豆腐・味噌　みかん	せんべい アップルパイ  （パイシート・りんご・砂糖・無塩バター）
11 （水）	ごはん カレイの昆布あんかけ おかか和え 味噌汁　バナナ	米 カレイ・片栗粉・油・塩こんぶ・葱・酒・みりん・薄口 キャベツ・切干大根・もやし・かつお節・醤油 玉葱・カットわかめ・人参・味噌　バナナ	クラッカー もちもち抹茶パン （白玉粉・牛乳・油・砂糖・抹茶）
12 （木）	肉うどん  酢の物 りんご	ゆでうどん・豚肉・油揚げ・玉葱・しめじ・人参・葱・薄口・醤油・塩酒・みりん・油 白菜・きゅうり・ツナ・すりごま・酢・砂糖・薄口・ごま油 りんご	ポン菓子 じゃこそぼろおにぎり （米・豚挽肉・しらす・人参・葱・ごま油 醤油・みりん・ごま）
13 （金）	 お弁当の日  ※お弁当には、必ず火が通ったものを入れていただきますよう、お願い致します。		プチクラッカー お星さまクッキー （さつま芋・バター・砂糖・小麦粉）
14 （土）	中華風ごはん 中華スープ バナナ	米・豚肉・人参・椎茸・白葱・砂糖・醤油・ごま油・こしょう・塩・中華だしの素 豚肉・玉葱・チンゲン菜・えのき・もやし・中華だしの素 バナナ	せんべい おにぎり
16 （月）	ごはん 鶏のから揚げ 和え物 味噌汁　オレンジ	米 鶏肉・生姜・酒・みりん・醤油・片栗粉・油 白菜・きゅうり・砂糖・醤油 キャベツ・人参・じゃが芋・味噌　オレンジ	スティックビスケット プチピザ （リッツ・コーン・ケチャップ・ツナ ピザチーズ）
17 （火）	ごはん すき焼き風煮 和え物 味噌汁　みかん	米 豚肉・玉葱・人参・白菜・糸こんにゃく・厚揚げ・白葱・醤油・砂糖・酒・油 ちくわ・人参・切干大根・醤油 豆腐・カットわかめ・玉葱・味噌　みかん	リッツ りんご蒸しパン （ホットケーキミックス・牛乳・油・砂糖 りんごジャム）

	献立名	材料名	おやつ
１８ （水）	ごはん 鯖の煮付け 納豆和え 味噌汁　　バナナ	米 鯖・醤油・みりん・酒・砂糖・生姜 ほうれん草・もやし・キャベツ・納豆・醤油 しめじ・大根・人参・味噌　　バナナ	せんべい 小倉団子 （白玉粉・絹ごし豆腐・ゆであずき）
１９ （木）	ごはん さつま芋グラタン サラダ スープ　　みかん	米 鶏肉・さつま芋・玉葱・しめじ・コンソメ・牛乳・小麦粉・バター・ピザチーズ・塩・こしょう・油 ブロッコリー・人参・酢・薄口・砂糖・油 キャベツ・人参・コーン・コンソメ　　みかん	ポン菓子 マカロニきな粉 （マカロニ・砂糖・塩・きな粉）
２０ （金）	ごはん 鶏肉の醤油マヨ焼き 和え物 味噌汁　オレンジ	米 鶏肉・マヨネーズ・醤油・砂糖 キャベツ・人参・ちくわ・醤油 豆腐・油揚げ・えのき・味噌　　オレンジ	クラッカー さつま芋もち （さつま芋・バター・砂糖・片栗粉）
２１ （土）	そぼろごはん 味噌汁 バナナ	米・豚挽肉・醤油・砂糖・酒・油 さつま芋・玉葱・白菜・葱・味噌 バナナ	せんべい おにぎり
２３ （月）	勤労感謝の日		
２４ （火）	もみじごはん レバーの甘辛煮 和え物 味噌汁　　みかん	米・しらす・人参・塩・みりん・薄口 鶏レバー・鶏肉・片栗粉・油・醤油・みりん・砂糖 白菜・人参・かつお節・醤油 大根・玉葱・さつま芋・味噌　　みかん	スティックビスケット ヨーグルト
２５ （水）	ごはん 肉じゃが 和え物 味噌汁　オレンジ	米 豚肉・油・人参・玉葱・糸こんにゃく・じゃが芋・みりん・酒・醤油・薄口・砂糖 ブロッコリー・コーン・ツナ・マヨネーズ 油揚げ・しめじ・かぼちゃ・味噌　　オレンジ	せんべい チュロス （ホットケーキミックス・絹ごし豆腐 粉糖・油）
２６ （木）	ごはん 鮭の塩焼き 和え物 味噌汁　　バナナ	米 鮭・塩・酒 ほうれん草・キャベツ・切干大根・すりごま・醤油 大根・えのき・豆腐・味噌　　バナナ	プチクラッカー おいもクッキー （米粉・砂糖・無塩バター・牛乳・食紅 紫芋パウダー・黒ごま）
２７ （金）	ハヤシライス スティックサラダ りんご	米・牛肉・油・人参・玉葱・しめじ・ハヤシルウ きゅうり・大根・薄口・砂糖・酢・油 りんご	リッツ 揚げパン （パン・油・グラニュー糖）
２８ （土）	カレーピラフ スープ バナナ	米・ミックスベジタブル・玉葱・豚挽肉・カレー粉・鶏がらスープの素・塩 鶏肉・キャベツ・大根・人参・鶏がらスープの素 バナナ	せんべい おにぎり
３０ （月）	ごはん さつま芋のかき揚げ 酢の物 味噌汁　オレンジ	米 豚肉・玉葱・さつま芋・人参・小麦粉・薄口・塩・油 きゅうり・しらす・カットわかめ・砂糖・酢・薄口 人参・玉葱・えのき・味噌　　オレンジ	ポン菓子 リッツサンド （リッツ・いちごジャム）

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

★ マヨネーズ、生中華麺、パイシート、ビスケット類については、卵不使用のものを使用しています。
★ ホットケーキミックス、食パン、パンについては卵不使用のものを使用しています。
★ みつき乳児保育園の０～２歳児は午前おやつ・午後おやつ、みつき保育園の３～５歳児は、給食・午後おやつ時に牛乳を飲みます。
★ 土曜日の午後おやつは、おにぎりまたはおやつパンを提供します。