

# 平成30年11月 献立表

日	曜	主食 (乳児)	献立名	給食の主な使用材料	働く力のもとになる(黄)	体の調子を整える(緑)
				血・肉・骨になる(赤)		
1	木		<b>秋の遠足</b>			
			☆牛乳・ストロベリーゼリー・いりこ	牛乳・いりこ	ストロベリーゼリーの素	
2	金	ご飯	ビーフシチュー フレンチサラダ フルーツ ☆牛乳・お麩ラスク	牛肉・ ロースハム  牛乳	じゃが芋・ビーフシチューの素 砂糖・油  麩・マーガリン・砂糖	人参・玉葱・グリーンピース・しめじ 人参・きゅうり・キャベツ・コーン 果物
5	月	ご飯	すき焼き風煮 切干大根の甘酢和え フルーツ ☆牛乳・青のりポテト	牛肉・焼き豆腐 ロースハム  牛乳・青のり	麩・糸こんにゃく・油 ごま・砂糖  じゃが芋・油	白菜・玉葱・人参・葱・春菊 切干大根・人参・小松菜 果物
6	火	ご飯	筑前煮 五色ナムル フルーツ ☆牛乳・ポップコーン・昆布	鶏肉・うずら卵・昆布  牛乳・昆布	板こんにゃく・油・砂糖・じゃが芋 ごま・ごま油	人参・ごぼう・筍・いんげん・干し椎茸 人参・キャベツ・もやし・コーンほうれん草 果物  ポップコーン
7	水	ご飯	ポークチャップ マカロニサラダ フルーツ ☆牛乳・さつま芋ケーキ	豚肉  牛乳・スキムミルク	油・砂糖 マカロニ・マヨネーズ  マーガリン・ホットケーキミックス・さつま芋・砂糖	ピーマン・玉葱・人参 キャベツ・人参・きゅうり・コーン 果物
8	木	ご飯	白身魚の黄金焼き ブロッコリー 野菜スープ ☆牛乳・シュガートースト	白身魚・チーズ  ベーコン  牛乳	マヨネーズ   食パン・砂糖・マーガリン	人参 ブロッコリー 人参・玉葱・しめじ・もやし・葱
9	金	ご飯	干草焼き ひじきの炒め煮 味噌汁 ☆ヨーグルト・フルーツ	鶏卵・合いびき肉 蒲鉾・油揚げ・豆腐・ひじき 味噌・煮干し  ヨーグルト	砂糖・油 油・砂糖 麩	人参・ピーマン・玉葱・干し椎茸 ピーマン・人参 玉葱・人参・葱・えのきたけ  果物
10	土	中華麺	ちゃんぽん麺 粉ふき芋 ☆牛乳・お菓子・フルーツ	豚肉・蒲鉾・えび 青のり  牛乳	中華麺・片栗粉・油 じゃが芋  お菓子	人参・玉葱・葱・キャベツ 人参  フルーツ
12	月	ご飯	さんまのかば焼き 大根なます けんちん汁 ☆牛乳・チーズ蒸しパン	さんま わかめ・ちりめん 豚肉・豆腐・油揚げ  牛乳・チーズ・スキムミルク	片栗粉・砂糖・油・小麦粉 ごま・砂糖 里芋・油  ホットケーキミックス・砂糖・マーガリン	大根・人参 人参・ごぼう・葱
13	火	和食	カレーライス(チキンナゲット付) じゃこサラダ フルーツ 牛乳・プリンアラモード	豚肉・スキムミルク・チキンナゲット ちりめん  牛乳・生クリーム	じゃが芋・カレールー・油 油・砂糖  プリンの素	人参・玉葱・グリーンピース 白菜・コーン 果物  フルーツ缶
14	水	ご飯	豆腐ハンバーグ キャベツの甘酢和え むらくもスープ ☆牛乳・フルーチェ・お菓子	鶏ひき肉・豆腐・ひじき ちりめん 鶏卵  牛乳	片栗粉・パン粉 砂糖 片栗粉  フルーチェ・お菓子	玉葱・干し椎茸 キャベツ・人参 玉葱・人参・パセリ  フルーツ缶
15	木	ご飯	肉豆腐 小松菜のごま和え フルーツ ☆牛乳・卵サンド	牛肉・焼き豆腐 ちりめん  牛乳・卵	油・砂糖 ごま・砂糖  食パン・マヨネーズ	玉葱・人参しめじ・葱 小松菜・人参・キャベツ 果物



1日、24日はおかず入りのお弁当を持ってきて下さい



10日、13日、17日は主食を園で提供のため、幼児もごはんは入りません。