

2019年11月 献立表

日	曜	主食 (乳児)	献立名	給食の主な使用材料		体の調子を整える(緑)
				血・肉・骨になる(赤)	働く力のもとになる(黄)	
1	金	ご飯	肉じゃが 小松菜のごま和え フルーツ ☆牛乳・マカロニの安倍川	牛肉 ちりめん 牛乳・きな粉	じゃがいも・糸こんにゃく・砂糖・油 ごま・砂糖 マカロニ・砂糖	玉葱・人参・グリーンピース 小松菜・キャベツ・人参 果物
2	土	ご飯	ちゃんぽん 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・油・片栗粉 じゃがいも お菓子	人参・玉葱・葱・白菜 フルーツ
5	火		 遠足(お弁当の日) 			
6	水	ご飯	☆牛乳・フルーチェ・お菓子 ポークチャップ マカロニサラダ フルーツ	牛乳 豚肉	お菓子・フルーチェ 油 マカロニ・マヨネーズ	フルーツ缶 ピーマン・玉葱・人参 人参・キャベツ・きゅうり・コーン 果物
7	木	ご飯	☆牛乳・マシュマロクリスピー 吉野煮 和風サラダ フルーツ	牛乳 鶏肉・生揚げ 蒲鉾・わかめ	マシュマロ・マーガリン・コーンフレーク じゃがいも・片栗粉・砂糖 春雨・油・砂糖	大根・人参・いんげん きゅうり 果物
8	金	ご飯	☆牛乳・揚げパン(きな粉) さんまのかば焼き 大根なます 豚汁 ☆ヨーグルト・フルーツ	牛乳・きな粉 さんま わかめ・ちりめん 豚肉・みそ・豆腐 ヨーグルト	ロールパン・砂糖・油 砂糖・油・小麦粉・片栗粉 砂糖・ごま さといも・板こんにゃく	大根・人参 人参・ごぼう・葱 果物
9	土	ご飯	☆ヨーグルト・フルーツ ミートスパゲティ わかめスープ ☆牛乳・お菓子・フルーツ	牛乳 牛ひき肉・粉チーズ わかめ 牛乳	スパゲティ・砂糖 ごま お菓子	人参・玉葱・ピーマン・しめじ・ホールトマト 人参・玉葱・葱 果物
11	月	ご飯	☆牛乳・ホットケーキ 鮭のきのこ焼き けんちん汁 フルーツ	牛乳・スキムミルク 鮭 豚肉・豆腐・油揚げ	ホットケーキミックス・マーガリン・砂糖 マヨネーズ 油	生椎茸・えのきたけ 大根・人参・ごぼう・葱 果物
12	火	パン	☆牛乳・プリンアラモード カレーライス(チゲ付) フレンチサラダ フルーツ	牛乳・生クリーム 牛肉・チキンナゲット・スキムミルク ロースハム	プリン じゃがいも・カレールー・油 油・砂糖	フルーツ缶 玉葱・人参・グリーンピース 人参・きゅうり・キャベツ・コーン 果物
13	水	パン	☆牛乳・杏仁豆腐 まり揚げ いんげんのごま和え コーンスープ	牛乳・粉寒天 豆腐・鶏ひき肉・ひじき 牛乳	砂糖 パン粉・片栗粉・砂糖・油 ごま・砂糖 スープの素	葱・生姜 いんげん・人参 コーン・パセリ
14	木	ご飯	☆牛乳・きな粉トースト 八宝菜 切干大根のゴマネーズ フルーツ	牛乳・きな粉 うずら卵・豚肉・えび ロースハム	砂糖・マーガリン・食パン 油・片栗粉・砂糖 ごま・砂糖・マヨネーズ	フルーツ缶 人参・白菜・玉葱・ピーマン・コーン・干し椎茸 小松菜・切干大根 果物
15	金	ご飯	☆牛乳・青りんごゼリー・チーズ 筑前煮 春雨のごま酢和え フルーツ	牛乳・チーズ 鶏肉・うずら卵・昆布	ゼリーの素 じゃがいも・板こんにゃく・砂糖・油 春雨・ごま・砂糖	人参・ごぼう・たけのこ・いんげん・干し椎茸 人参・ほうれん草・もやし フルーツ



5日はおかず入りのお弁当を持ってきて下さい。ゆり組は通常保育のため給食があります。