

2022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	火	ご飯	ぶりの照り焼き 切干大根の煮物 厚揚げのみそ汁 ☆ヨーグルト・果物	ぶり 油揚げ・蒲鉾 厚揚げ・煮干し・味噌・わかめ ヨーグルト	砂糖 砂糖・片栗粉	切干大根・人参・いんげん・干し椎茸 人参・玉葱 果物
2	水		秋の遠足(お弁当の日)			
4	金	ご飯	☆牛乳・パインゼリー・昆布 すき焼き風煮 小松菜のおひたし フルーツ ☆牛乳・コーンフレーク・チーズ	牛乳・昆布 牛肉・焼豆腐 ちりめん・鰹節 牛乳・チーズ	パインゼリーの素 糸蒟蒻・ふ・油・砂糖 コーンフレーク	白菜・玉葱・人参・葱・春菊 人参・キャベツ・小松菜 果物
5	土	パスタ	ミートスパゲティ かきたま汁 ☆牛乳・お菓子・フルーツ	牛ひき肉・チーズ 鶏卵 牛乳	スパゲティ・砂糖・油 片栗粉 お菓子	人参・玉葱・ピーマン・しめじ・トマト缶 人参・玉葱・葱 果物
7	月	ご飯	肉じゃが ほうれん草のごま和え フルーツ ☆牛乳・黒ごまきな粉ケーキ	牛肉 ちりめん 鶏卵・きな粉	じゃが芋・糸蒟蒻・油・砂糖 ごま・砂糖 マーガリン・砂糖・黒すりごま・BP・小麦粉	人参・玉葱・人参・葱・春菊 ほうれん草・人参・キャベツ 果物
8	火	ご飯	豆腐ハンバーグ 大根なます キャベツのスープ ☆牛乳・うどんかりんとう	鶏ひき肉・豆腐・ひじき ちりめん・わかめ ベーコン・わかめ 牛乳	片栗粉 ごま・砂糖 うどん・油	玉葱・干し椎茸・生姜 大根・人参 キャベツ・人参・葱
9	水	パン	ビーフンチュー じゃこサラダ フルーツ ☆しそひじきむすび	牛肉 ちりめん しそひじき	じゃが芋・ビーフンチューの素・油 油・砂糖 精白米	人参・玉葱・しめじ・グリーンピース 白菜・コーン 果物
10	木	ご飯	凍り豆腐の卵とじ れんこんとひじきのサラダ フルーツ ☆牛乳・フルーツサンド	凍り豆腐・鶏卵 ひじき・ツナ 牛乳・生クリーム	砂糖・油 れんこん・すりごま・マヨネーズ 食パン	人参・玉葱・にら 枝豆 果物 フルーツ缶
11	金	ご飯	白身魚のみみじ揚げ いんげんのおかか和え さつま汁 ☆牛乳・フルーチェ・お菓子	白身魚 鰹節 豚肉・豆腐・油揚げ・味噌 牛乳	油・小麦粉 さつま芋 フルーチェ	人参 いんげん・人参 人参・大根・ごぼう・葱 フルーツ缶・お菓子
12	土	うどん	煮込みうどん さつま揚げと人参のきんぴら ☆牛乳・お菓子・フルーツ	鶏肉・鶏卵・蒲鉾 さつま揚げ 牛乳	うどん 油・砂糖・ごま お菓子	人参・玉葱・ほうれん草 人参 果物
14	月	ご飯	八宝菜 まめ豆サラダ フルーツ ☆牛乳・マカロニグラタン	豚肉・えび・うずら卵 ハム・水煮大豆 牛乳・ベーコン・チーズ	油・片栗粉・砂糖 マヨネーズ マカロニ・小麦粉・マーガリン	人参・玉葱・白菜・ピーマン・コーン・干し椎茸 人参・キャベツ・コーン 果物 玉葱・パセリ
15	火	ご飯	シーフードカレー えのきと小松菜の和え物 フルーツ ☆牛乳・お誕生日ケーキ	えび・いか・ベーコン・ツナ・スキムミルク 牛乳	じゃが芋・カレールー・油 ごま油 バター・小麦粉・BP・鶏卵・砂糖	人参・玉葱・グリーンピース えのき・小松菜・キャベツ・人参 果物 りんご

※ 9日...おむすび作り(幼児組)

10日...フルーツサンドづくり



5日・12日・15日・26日は園で主食を提供のため、幼児もご飯はいりません。