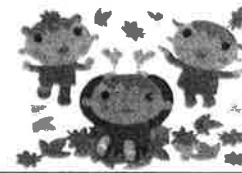


11月 保育園給食献立表



平成26年度

日曜	幼児	主要材料()内は乳児のみ			3時のおやつ	
		3未加算食 量や味や香になるもの	熱や力を出すもの	身体の調子を良くするもの		
1 土	田舎うどん 果物	ごはん	鶏肉 卵 小麦粉 しょう油	うどん 里芋 砂糖 しょう油 片栗粉	大根 人参 ごぼう しめじ ねぎ 果物	牛乳 かし
4 火	鶏肉の変わり揚げ 小松菜のゴマ和え 野菜のみそ汁	ごはん	鶏肉 豆腐 みそ	しょう油 小麦粉 片栗粉 油 砂糖 ゴマ	生姜 ケチャップ レモン 小松菜 人参 とうもろこし もやし 玉ねぎ エノキ ネギ	牛乳 かし
5 水	サケの幽庵焼き ほうれん草の白和え かぶのすまし汁	ごはん	鮭 みそ 豆腐 豆乳	砂糖 みりん しょう油 ゴマ さつま芋 マーガリン	ゆず ほうれん草 人参 白米こんにやく かぶ しめじ 小松菜	牛乳 スイートポテト
6 木	お弁当デー 			小麦粉 ベーキングパウダー 砂糖 さつま芋 ゴマ		牛乳 さつま芋とゴマの蒸しハン
7 金	かぼちゃコロッケ ポイルキャベツ ワカメスープ りんご	ごはん	豚ミンチ テーズ 卵	じゃが芋 小麦粉 パン粉 油 コンソメ ゴマ油 ゴマ	かぼちゃ 玉ねぎ パセリ キャベツ 人参 エノキ ワカメ りんご	牛乳 かし
8 土	親子丼 果物		鶏肉 卵	米 油 砂糖 しょう油	玉ねぎ 人参 しいたけ 三つ葉 果物	牛乳 かし
10 月	さんまの塩焼き(3未:サケ) ひじきの炒り煮 豆腐とワカメのみそ汁	ごはん	秋刀魚(3未:鮭) 卵 小麦粉 しょう油 揚げ 豆腐 みそ	しょう油 砂糖	ひじき 人参 いんげん 玉ねぎ エノキ 小松菜 みかん	牛乳 みかん かし
11 火	ドライカレーゆで卵添え フレンチサラダ 福神漬	ごはん	豚ミンチ 鶏ミンチ 卵 ロースハム 豆乳	油 コンソメ カレー粉 砂糖 酢 福神漬 上新粉 ベーキングパウダー	ニンニク 生姜 玉ねぎ 人参 しいたけ ナス トマト缶 ビュレ ケチャップ キャベツ きゅうり レモン パナナ	牛乳 米粉のモチモチケーキ
12 水	中華スープ 鶏レバーの照り煮 おじゃがとじゃこのおかか和え	ごはん	豚肉 イカ エビ 鶏レバー しらす干し かつお節	ゴマ油 コンソメ しょう油 片栗粉 デンプン 春雨 砂糖 みりん じゃが芋 マーガリン 油	白菜 玉ねぎ 人参 もやし しいたけのこ キクラゲ しいたけ ニラ チンゲン菜 生姜 ネギ	牛乳 かし
13 木	マカロニグラタン 人参グラッセ ポイルブロッコリー	ごはん	鶏肉 牛乳 テーズ	マーガリン 油 小麦粉 マカロニ コンソメ 砂糖	玉ねぎ しめじ とうもろこし パセリ 人参 ブロッコリー 柿	牛乳 柿 かし
14 金	サケのフライオーロラソースがけ スパゲティーソテー 野菜スープ	ごはん	鮭 豆腐 ツナ 牛乳	小麦粉 パン粉 油 マヨネーズ バスタ コンソメ ベーキングパウダー 砂糖 さつま芋	ケチャップ 玉ねぎ しめじ キャベツ 人参 しいたけ もやし パセリ	牛乳 羊あんまん
15 土	オープンサンド ポトフ 果物		ウインナー ベーコン	ロールパン コンソメ じゃが芋 油	ケチャップ きゅうり キャベツ 人参 玉ねぎ パセリ 果物	牛乳 かし
17 月	サケの塩焼き 切干大根の含め煮 鉄強化ふりかけ みかん	ごはん	鮭 卵 枝わか油揚げ テーズ	砂糖 しょう油 鉄強化ふりかけ	切干大根 人参 いんげん みかん	牛乳 チーズ かし
18 火	豚汁 いんげんのゴマ和え ししやものみりん干し	ごはん	豚肉 油揚げ みそ ししやものみりん干し	ゴマ油 さつま芋 砂糖 しょう油 ゴマ きな粉 クリーム ロールパン	玉ねぎ 人参 大根 ごぼう 角こんにやく ネギ いんげん	牛乳 きな粉クリームロールパン
19 水	サワラの照り焼き 煮豆 白菜のみそ汁	ごはん	鮭 みそ 鶏ミンチ	しょう油 みりん 砂糖 金時豆 米	白菜 人参 ネギ 生姜 ひじき とうもろこし 青のり	牛乳 おにぎり
20 木	肉じゃが 小松菜とキャベツの和え物 手作りふりかけ	ごはん	豚肉 しらす干し 干しあんみ	油 じゃが芋 砂糖 しょう油 酢 ゴマ	玉ねぎ 人参 白菜こんにやく いんげん 小松菜 キャベツ とうもろこし ひじき 青のり	牛乳 かし
21 金	サワラのパーベキュー風 ポテトサラダ ポイルアスパラガス	ごはん	鮭 ロースハム	小麦粉 片栗粉 油 砂糖 しょう油 みりん マカロニ じゃが芋 マヨネーズ 白玉粉 さらし粉	キャベツ 人参 きゅうり アスパラガス	牛乳 おしるこ
22 土	ミートソーススパゲティー 果物	ごはん	豚ミンチ	パスタ 油 砂糖 コンソメ	玉ねぎ 人参 トマト缶 ビュレ ケチャップ パセリ 果物	牛乳 かし
25 火	豚肉のマーマレード焼き 春雨サラダ しらすとしそ昆布のふりかけ	ごはん	豚肉 ロースハム しらす干し かつお節	マーマレードジャム しょう油 デンプン 春雨 砂糖 酢 ゴマ しそ昆布	きゅうり 人参 もやし ひじき りんご	牛乳 りんご かし
26 水	お誕生日会 ☆☆ さつま芋ごはん 鶏肉の唐揚げ グリーンサラダ 根菜のみそ汁 プチゼリー		鶏肉 しらす干し みそ	米 さつま芋 しょう油 片栗粉 小麦粉 油 ゴマ油 プチゼリー	ニンニク 生姜 キャベツ ビーマン ブロッコリー 大根 人参 ごぼう れんこん ネギ	牛乳 かし
27 木	カレーの煮付け かぶの甘酢和え 冬野菜の具だくさんみそ汁	ごはん	鶏 油揚げ みそ	しょう油 みりん 砂糖 酢 さつま芋	かぶ 白菜 玉ねぎ 人参 しいたけ チンゲン菜	牛乳 蒸し芋
28 金	白菜のクリームシチュー ハムエッグ 粉ふき芋	ごはん	豚肉 牛乳 ロースハム 卵	油 小麦粉 マーガリン コンソメ クリームルウ じゃが芋	白蘭 玉ねぎ 人参 しめじ エリンギ とうもろこし チンゲン菜 キャベツ 青のり 柿	牛乳 柿 かし
29 土	中華丼 果物	ごはん	豚肉 エビ	油 コンソメ しょう油 ゴマ油 片栗粉	白菜 人参 タケノコ 玉ねぎ もやし キクラゲ ニラ	牛乳 かし