



# 11月予定献立表



本分保育園

日 曜 日	献 立				材 料		
	朝のおやつ	昼 食	おやつ	肉や血をつくる	熱や体温となる	体の調子を よくする	
1 土	牛乳 かんぱん	ミートスパゲティー・ポトフ・えだ豆・バナナ	牛乳・ レーズンパン	牛ひき肉／鶏ひき肉／プロセスチーズ／ベーコン／枝豆／牛乳	スパゲッティ／和三盆糖／じゃがいも／ぶどうパン	にんじん／セロリ／たまねぎ／スイートコーン／キャベツ／パセリ／バナナ	
3 月		文化の日					
4 火	牛乳 果物	ご飯(白米)・ブロッコリーの味噌汁・さばの梅煮・ひじきのサラダ・りんご	牛乳・ ピザまん	卵／煮干し／脱脂粉乳／さば／ツナフレーク／牛乳／豆乳／豚ひき肉	半つき米／押麦／和三盆糖／ごまいり／ホットケーキ粉／ごま油	ブロッコリー／たまねぎ／にんじん／えのき／しょうが／梅干し／こんぶ／干しひじき／きゅうり／もやし／レモン／りんご／干しいた	
5 水	牛乳 ビスケット	ご飯(玄米)・ふりかけ・チキンピーンズ・鶏の照り焼き・青じそドレッシング・キウイ	豆乳・ ラスク	かつお節／しらす／鶏肉／ベーコン／ゆで大豆／生クリーム／プロセスチーズ／鶏肉／ロースハム／豆乳	玄米／ごまいり／じゃがいも／和三盆糖／はるさめ／フランスパン／バター	焼きのり／にんじん／たまねぎ／マッシュルーム／ホールトマト缶／トマトジュース／グリンピース／しょうが／きゅうり／キャ	
6 木	牛乳 いもかりんとう	ご飯(玄米)・味のり・もずくスープ・南瓜バーグ・ジュリアンサラダ・オレンジ	お茶・ いきなり団子	ベーコン／豚ひき肉／ロースハム／ごあん	玄米／はるさめ／なたね油／ごまいり／さつまいも／白玉粉／薄力粉／和三盆糖	味付けのり／にんじん／ほれんそう／たまねぎ／干しいたけ／かぼちゃ／だいこん／きゅうり／オレンジ	
7 金	牛乳 クラッカー	ご飯(白米)・中華丼・揚げ餃子・千草和え・柿	牛乳・ レモンカップケーキ	豚肉／かまぼこ／卵／油揚げ／牛乳／卵／ホイップクリーム	半つき米／押麦／片栗粉／ごま油／調合油／和三盆糖／薄力粉／バター／グラニュー糖	にんじん／たまねぎ／きくらげ／はくさい／たけのこ／チンゲンサイ／ほれんそう／キャベツ／かき／レモン	
8 土	牛乳 かんぱん	うどん汁・厚揚げのタレ焼き・キャベツとツナの炒め・みかん	お茶・ ねじりパン	鶏肉／油揚げ／卵／かまぼこ／煮干し／厚揚げ／プロセスチーズ／ツナフレーク	うどん麺／ねじりパン	にんじん／だいこん／ごぼう／ねぎ／キャベツ／スイートヨーソー／みかん	
10 月	牛乳 パン	ご飯(白米)・納豆・あすか汁・鮭のしょうが焼・チーズと野菜のサラダ・キウイ	お茶・ 天ぷらうどん	納豆／鶏肉／脱脂粉乳／煮干し／さけ／プロセスチーズ／竹輪／かまぼこ	半つき米／押麦／なたね油／じゃがいも／うどん ゆで	はくさい／にんじん／チングンサイ／しょうが／きゅうり／セロリ／りんご／キウイ／ねぎ	
11 火	牛乳 果物	ご飯(玄米)・味のり・グラタン風シチュー・元気揚げ・かみかみサラダ・みかん	牛乳・ 大学いも・食べるいりこ	鶏肉／脱脂粉乳／つみれ／豆腐／卵／牛乳	玄米／マカロニ／片栗粉／ごま油／和三盆糖／さつまいも／なたね油／ごまいり	味付けのり／にんじん／たまねぎ／はくさい／しめじ／ほうれんそう／干しひじき／かぼちゃ／しょうが／ハセリ／だいこん／きゅうり	
12 水	牛乳 クッキー	ご飯(白米)・豚汁・筑前煮・しそスパゲティー・りんご	お茶・ 味ごはん	豚肉／豆腐／煮干し／脱脂粉乳／鶏肉／高野豆腐／ツナフレーク	半つき米／押麦／じゃがいも／さといも／糸こんにゃく／和三盆糖／スパゲッティ／なたね油／白米	にんじん／ちよし／だいこん／ごぼう／ねぎ／れんこん／干しいたけ／ゆかり／りんご／塩昆布	
13 木	牛乳 いもかりんとう	バス遠足＆徒歩遠足	愛情お弁当の日（お弁当の準備をおねがいします☆）				
14 金	牛乳 クラッcker	ご飯(白米)・野菜味噌・中華スープ・手羽と大根の煮物・柿と青梗菜の和え物・キウイ	牛乳・ 豆乳もち	豚肉／鶏肉／牛乳／きな粉	半つき米／押麦／ごま油／マカロニ／なたね油／和三盆糖／片栗粉／黒砂糖	ごぼう／にんじん／しょうが／たまねぎ／きくらげ／はくさい／ねぎ／だいこん／かき／チングンサイ／しめじ／にんにく／キウイ	
15 土	牛乳 かんぱん	ピーフン・かき玉汁・蓮根の金平・バナナ	牛乳・ さつまいもブレット	豚肉／かまぼこ／むきえび／むきいか／卵／牛肉	ピーフン／糸こんにゃく／ごまいり／和三盆糖／さつまいもパン	にんじん／たまねぎ／もやし／キャベツ／ねぎ／しめじ／えのき／カットわかめ／こんにゃく／れんこん／いんげん／バナナ	
17 月	牛乳 パン	ご飯(白米)・もずく汁・五目厚焼き卵・鶏肉と大豆の五目煮・オレンジ	豆乳・ 手作りお猿パン	鶏肉／煮干し／卵／鶏ひき肉／ゆで大豆／厚揚げ／豆乳	半つき米／押麦／なたね油／じゃがいも／糸こんにゃく／和三盆糖／強力粉	たまねぎ／にんじん／干しいたけ／カットわかめ／しめじ／ひじき／ピーマン／だいこん／グリンピース／オレンジ／もずく	
18 火	牛乳 果物	ご飯(玄米)・石狩すいとん・きびなの唐揚げ・小松菜とチーズの和えもの・みかん	牛乳・ にんじんマドレー	鮭／油揚げ／煮干し／脱脂粉乳／きびなご／プロセスチーズ／牛乳／卵	玄米／じゃがいも／薄力粉／片栗粉／調合油／和三盆糖／ホットケーキ粉／ごま油／バター	にんじん／だいこん／もやし／ごぼう／ねぎ／こまつな／ゆかり／みかん	
19 水	牛乳 ビスケット	ご飯(白米)・かみかみふりかけ・南瓜スープ・大豆バーグ・もやしのソテー・キウイ	豆乳・ さくらぐみクッキング スイートポテト	しらす／かつお節／ベーコン／鶏肉／脱脂粉乳／豚ひき肉／ゆで大豆／大豆ミンチ／豆乳／牛乳／卵	半つき米／押麦／ごまいり／和三盆糖／片栗粉／さつまいも／バター	塩昆布／にんじん／たまねぎ／かぼちゃ／バセリ／もやし／キウイ	
20 木	牛乳 いもかりんとう	ご飯(白米)・納豆・マーぼー豆腐・しゅうまい・ナムル・みかん	牛乳・ ごまクッキー・寒天	納豆／豚ひき肉／牛ひき肉／豆腐／牛乳	半つき米／押麦／片栗粉／和三盆糖／ごま油／薄力粉／ごまいり／調合油	にんじん／キャベツ／たまねぎ／干しいたけ／にんにく／しょうが／もやし／ほうれんそう／オクラ／みかん／寒天／ぶどう	
21 金	牛乳 クラッcker	ご飯(白米)・カレーライス・魚のオーロラソース・フレンチサラダ・りんご	牛乳・ 丸ぼーろ	牛肉／ヨーグルト／プロセスチーズ／脱脂粉乳／ロースハム／牛乳／卵	半つき米／押麦／片栗粉／和三盆糖／薄力粉／ごまいり／調合油	にんじん／たまねぎ／なす／グリンピース／にんにく／みかん缶／きゅうり／キャベツ／りんご	
22 土	牛乳 かんぱん	肉うどん・厚揚げとごぼうのごま煮・枝豆・みかん	お茶・ あんトースト	牛肉／かまぼこ／煮干し／厚揚げ	和三盆糖／うどん ゆで／ごまいり／ごま油／あんトースト	にんじん／もやし／たまねぎ／ねぎ／ごぼう／えだまめ／みかん	
24 月		振り替え休日					
25 火	牛乳 果物	ご飯(白米)・野菜味噌・和だしのスープ・さばの竜田揚げ・かぶの酢の物・柿	牛乳・ チーズ饅頭	鶏肉／かつお節／普通牛乳／クリームチーズ	半つき米／押麦／ごま油／片栗粉／調合油／はるさめ／和三盆糖／ごまいり	ごぼう／にんじん／しょうが／だいこん／たまねぎ／えのき／にら／かぶ／かき	
26 水	牛乳 クッキー	じゃこごはん・中華風コーンスープ・ヒレカツ・きのこスパ・プロッコリーサラダ・さつまいも・りんご	牛乳・ お楽しみ お誕生日会	しらす／油揚げ／ベーコン／脱脂粉乳／チーズ／ロースハム／油	玄米／片栗粉／調合油／スパゲッティ／さつまいも	にんじん／スイートコーン／ねぎ／たまねぎ／エリンギ／えのき／しめじ／ほうれんそう／プロッコリー／きゅうり／だいこん／りんご	
27 木	牛乳 いもかりんとう	ご飯(玄米)・五目味噌汁・厚揚げの中華煮・プロティンサラダ・バナナ	お茶・ 磯おにぎり	油揚げ／木綿豆腐／煮干し／脱脂粉乳／牛ひき肉／豚ひき肉／厚揚げ／ゆで大豆／鶏肉	玄米／調合油／和三盆糖／片栗粉／ごまいり	たまねぎ／かぼちゃ／にんじん／えのき／カットわかめ／にら／しょうが／きゅうり／セロリ／バナナ／焼きのり	
28 金	牛乳 クラッcker	ご飯(玄米)・味噌おでん・鮭の蒸し焼き・ひじきの煮物・オレンジ	お茶・ フルーツヨーグルト・野菜クラッcker	卵／竹輪／厚揚げ／脱脂粉乳／鮭／牛肉／高野豆腐／ヨーグルト	玄米／さといも／糸こんにゃく／和三盆糖／ごま油／薄力粉／バター	にんじん／だいこん／干しひじき／いんげん／オレンジ／バナナ／りんご／ハイツール缶／みかん缶／もも缶／バセリ	
29 土	牛乳 かんぱん	鶏とプロッコリーのクリームパスタ・南瓜のチーズ焼き・茎わかめの煮物・バナナ	お茶・ サクサクパン	鶏肉／脱脂粉乳／プロセスチーズ／牛乳	スパゲッティ／和三盆糖／ごまいり／サクサクパン	ブロッコリー／たまねぎ／にんじん／かぼちゃ／茎わかめ／バナナ	