

11月分献立表

*献立は、行事や材料の都合などで変更になる場合があります
*このほかに0・1・2歳児は午前中に牛乳等のおやつがあります



日	曜	主食	副食		おやつ	主な材料	
			副菜	汁物			
1	15	水	ご飯	白菜ときのこの肉豆腐 根菜とツナの和え物	じゃが芋と油揚げの みそ汁	お好みマカロニ 牛乳	米/豚バラ肉・木綿豆腐・白菜・長葱・玉葱・しらたき・えのき茸/ 大根・ツナ缶・人参・れんこん・水菜・ごま/ じゃが芋・玉葱・油揚げ・わかめ/ マカロニ・マヨネーズ・中濃ソース・青のり・かつお節/牛乳
2	16	木	食パン	タンドリーチキン サイコロサラダ	レタスの シャキシャキスープ	玄米煮干しチャーハン 牛乳	食パン/鶏モモ肉・りんご・玉葱・にんにく・生姜・はちみつ・カレー粉・ヨーグルト ケチャップ・サラダ菜/ じゃが芋・さつま芋・人参・キャベツ・プロックリー・コーン缶・レモン/ レタス・ウィンナー・玉葱・トマト・セロリ/ 玄米・煮干し・人参・万能葱/牛乳
	17	金	きのこパエリア	キャベツとハムのサラダ	野菜のパスタスープ	レモンクッキー 牛乳	米・鶏モモ肉・しめじ・えのき茸・エリンギ・玉葱・赤ピーマン・青ピーマン・コーン缶・レモン にんにく・ターメリック/ キャベツ・きゅうり・人参・ロースハム・粒マスタード/ 鶏挽肉・マカロニ・玉葱・かぶ・じゃが芋・かぶ菜・トマト缶/ 薄力粉・レモン・マーガリン/牛乳
4	18	土	鶏肉と野菜のピラフ	温野菜サラダ	じゃが芋の トマトスープ	カップケーキ 牛乳	米・鶏モモ肉・玉葱・人参・しめじ・コーン缶・グリーンピース・にんにく/ キャベツ・人参・大根・もやし・ごま・マヨネーズ/ 豚バラ肉・じゃが芋・かぶ・玉葱・トマト缶・かぶ菜/ ホットケーキミックス・牛乳・かぼちゃ・干し豆腐/牛乳
6	20	月	大根と鶏肉の 生姜あんかけ丼	ツナと白菜の 和風コールスロー	なめことかぶの みそ汁	ココア蒸しパン 牛乳	米・鶏挽肉・大根・玉葱・人参・えのき茸・万能葱・生姜/ 白菜・人参・きゅうり・コーン缶・ツナ缶・レモン・マヨネーズ/ なめこ・木綿豆腐・玉葱・かぶ・かぶ菜・わかめ/ 薄力粉・ベーキングパウダー・さつま芋・豆乳・ココア/牛乳
7	21	火	ご飯	さばの味噌煮 ひじきと根菜の梅和え	だんご汁	クロックムッシュ 麦茶	米/さば・生姜/ひじき・人参・れんこん・かぶ・自家製梅干し/ 中力粉・ごぼう・人参・里芋・さつま芋・油揚げ・干し椎茸・かぶ菜/ 食パン・ロースハム・プロセスチーズ・卵・牛乳/麦茶
	22	水	ご飯	ぎょうざ きゅうりの中華和え	大根スープ	きなこ棒/ あずきおかき 牛乳	米/中力粉・ラード・豚挽肉・白菜・キャベツ・ニラ・長葱・にんにく・生姜/ きゅうり・キャベツ/ 大根・玉葱・しめじ・えのき茸・長葱/ きなこ棒/あずきおかき/牛乳
8	29	水	きのこの 塩昆布クリームパスタ	水菜と白菜の チーズサラダ	かぶと大豆のスープ	鮭とゆかりのおにぎり 牛乳	スパゲティ・鶏モモ肉・しめじ・えのき茸・エリンギ・玉葱・かぶ菜・にんにく・牛乳 動物性クリーム/ 白菜・レタス・水菜・サラダほうれん草・トマト・コーン缶・レモン・パルメザンチーズ/ 大豆・かぶ・人参・玉葱・ベーコン・パセリ/ 米・鮭フレーク・ゆかり・ごま/牛乳
9	30	木	ご飯	中華豚玉 切干大根のナムル	わかめスープ	太平燕 牛乳	米/卵・豚モモ肉・筍水煮・人参・玉葱・長葱・干し椎茸・グリーンピース/ 切干大根・しらす・人参・きゅうり・もやし/ わかめ・玉葱・大根・コーン缶・ごま/ 春雨・豚ロース肉・桜えび・白菜・人参・生椎茸/牛乳
10	24	金	ハヤシライス	カントリーサラダ	コーンたっぷり 野菜スープ	きなこ棒/ あずきおかき (24日バナナマフィン) 牛乳	米・豚モモ肉・玉葱・人参・マッシュルーム・エリンギ・トマト缶・はちみつ・中濃ソース ケチャップ・薄力粉・無塩バター/ じゃが芋・ウィンナー・アスパラガス・ミニトマト・レタス・粒マスタード/ クリームコーン缶・コーン缶・玉葱・かぶ・人参・かぶ菜/ きなこ棒/あずきおかき(24日バナナ・薄力粉・ベーキングパウダー・牛乳)/牛乳
11	25	土	根菜のみそ豚丼	キャベツともやしの おおか和え	吉野汁	カップケーキ 牛乳	米・豚モモ肉・玉葱・ごぼう・れんこん・しめじ・生姜・ごま/ もやし・キャベツ・人参・えのき茸・かつお節/ 鶏モモ肉・大根・人参・里芋・小松菜/ ホットケーキミックス・牛乳・コーン缶/牛乳
13	27	月	トゥクパ	野菜のパコラ ひよこ豆のサラダ		ポテトピザ 牛乳	乾麺・豚モモ肉・豚バラ肉・玉葱・人参・セロリ・トマト缶・生姜・にんにく・ヨーグルト/ じゃが芋・さつま芋・玉葱・ほうれん草・コーン缶・にんにく・薄力粉・カレー粉/ ひよこ豆・キャベツ・かぶ・人参・きゅうり・トマト・りんご・ロースハム・レモン/ じゃが芋・パセリ・ケチャップ・カマンベールチーズ/牛乳
14	28	火	さつま芋とじゃこの 炊き込みご飯	鶏と野菜の味噌煮込み 白菜の和えもの柚子風味	かぶのすまし汁	りんごとさつま芋の ケーキ 牛乳	米・さつま芋・しらす・ごま/ 鶏モモ肉・焼き豆腐・大根・人参・しめじ・えのき茸・しらたき・生姜/ 白菜・もやし・りんご・きゅうり・人参・柚子/かぶ・玉葱・人参・かぶ菜/ ホットケーキミックス・りんご・さつま芋・マーガリン⇒A-1マーガリン・牛乳/牛乳