

\*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	木	きのこご飯	さつまいもコロッケ ひじきとツナの和え物	豚汁	フルーツヨーグルト 麦茶	米・しめじ・舞茸・生椎茸・人参・油揚げ/ 豚挽肉・さつまいも・玉葱・薄力粉・卵・パン粉・ごま・サラダ菜・ウスターソース/ ひじき・ツナ缶・人参・きゅうり・水菜/ 豚もも肉・大根・人参・里芋・ごぼう・白滝・長葱/ フルーツミックス缶・バナナ・ヨーグルト/麦茶
2	23金	さつまいもカレー	グリーンサラダ	キャロットスープ	焼きりんご 牛乳	米・豚もも肉・さつまいも・玉葱・人参・エリンギ・セロリ・しめじ・にんにく・生姜・カレーフレーク/ レタス・りんご・きゅうり・水菜・パイン缶・レモン/ 鶏もも肉・玉葱・人参・えのき草・パセリ/ りんご・無塩バター・ざらめ糖/牛乳
5	19月	ほうとう風うどん	鶏つくね 切干大根の和え物		くるみゆべし 牛乳	乾麺・鶏もも肉・かまぼこ・油揚げ・かぼちゃ・大根・人参・里芋・長葱/ 鶏挽肉・木綿豆腐・長葱・人参・大葉・生姜・レタス/ 切干大根・しらす・わかめ・きゅうり・人参/ 白玉粉・黒糖・くるみ/牛乳
6	20火	ご飯	さばの味噌煮 もやしときゅうりの梅和え	キャベツのみそ汁	抹茶と小豆の蒸しパン 牛乳	米/さば・生姜・ごぼう/ もやし・きゅうり・えのき草・水菜・自家製梅干し・かつお節/ キャベツ・玉葱・じゃが芋・油揚げ/ 薄力粉・抹茶・ベーキングパウダー・甘納豆/牛乳
7	21水	ご飯	家常豆腐 白菜のラーパーツァイ	生姜のスープ	レモンクッキー 牛乳	米/生揚げ・豚もも肉・生椎茸・人参・玉葱・青ピーマン・赤ピーマン・長葱・菊水煮・テンメンジャン オイスターソース/白菜・もやし・人参・生姜/ 鶏もも肉・大根・玉葱・人参・青梗菜・生姜/ 薄力粉・コーンスターチ・ベーキングパウダー・マーガリン・レモン/牛乳
8	22木	食パン	チキンのトマトソース煮 キャベツとりんごのサラダ	押し麦と白菜のスープ	☆いただき 麦茶	食パン/鶏もも肉・大豆・じゃが芋・玉葱・アスパラガス・しめじ・にんにく・パセリ・トマト缶/ キャベツ・りんご・人参・干し豆腐・レモン/ ベーコン・白菜・玉葱・コーン缶・小松菜・押し麦/ 米・油揚げ・人参・ごぼう・干し椎茸/麦茶
9	金	ご飯	ぎょうざ きゅうりの中華和え	中華風コーンスープ	カルテツ玄米せんべい こめ棒くん 牛乳	米/中力粉・ラード・豚挽肉・白菜・にら・キャベツ・長葱・にんにく・生姜/ きゅうり・ごま/クリームコーン缶・人参・えのき草・玉葱・菊水煮・干し椎茸/ カルテツ玄米せんべい/こめ棒くん/牛乳
10	24土	みそ入りドライカレー丼	サイコロサラダ	鶏肉と白菜のスープ	カップケーキ 麦茶	米・豚挽肉・大豆・玉葱・人参・さつまいも・にんにく・ごま・カレー粉・トマトケチャップ/ レタス・じゃが芋・人参・きゅうり・コーン缶/ 鶏もも肉・白菜・玉葱・えのき草・小松菜/ ホットケーキミックス・豆乳・きな粉・ごま/麦茶
12	26月	ご飯	白菜と豚肉の甘酢煮 竹輪の胡麻和え	すいとん	★サモサ 牛乳	米/豚もも肉・白菜・人参・干し椎茸・菊水煮・春雨/ 竹輪・きゅうり・人参・もやし・ごま/ 中力粉・大根・人参・油揚げ・大根葉・長葱/ 薄力粉・鶏挽肉・玉葱・じゃが芋・人参・生姜・にんにく・カレー粉/牛乳
13	27火	ブルコギトッパブ	チョレギサラダ	サムゲタン風スープ	チーズ芋もち 牛乳	米・豚もも肉・玉葱・人参・青ピーマン・赤ピーマン・しめじ・生椎茸・テンメンジャン・ごま/ レタス・きゅうり・トマト・長葱・人参・刻みのり/ 鶏もも肉・長葱・大根・白菜・生姜・米/ じゃが芋・カマンベールチーズ・マーガリン/牛乳
14	28水	ご飯	たまごチャンプルー わかめときゅうりの酢の物	五目みそ汁	フルーツサンド 牛乳	米/卵・豚もも肉・生揚げ・キャベツ・長葱・人参・にら・塩昆布・生姜/ わかめ・きゅうり・人参・切干大根・ごま/ こんにやく・大豆・大根・れんこん・油揚げ・万能葱/ 食パン・動物性クリーム・パイナップル缶・白桃缶/牛乳
15	29木	納豆レタスチャーハン	大根ともやしのサラダ	ねぎごまスープ	お好みマカロニ 牛乳	米・納豆・鶏もも肉・レタス・玉葱・万能葱・生姜/ 大根・もやし・きゅうり・人参・しらす・かつお節/ 豚バラ肉・長葱・白菜・人参・小松菜・生姜・ごま/ マカロニ・マヨネーズ・中濃ソース・かつお節・青のり/牛乳
16	30金	ほうれん草とベーコンのク リームパスタ	イタリアンサラダ	ミネストローネ	蒸ししょうかん 牛乳	スパゲティ・ベーコン・ほうれん草・玉葱・マッシュルーム・牛乳 パルメザンチーズ・動物性クリーム/ 豚もも肉・レタス・ミニトマト・きゅうり・水菜・レモン/ じゃが芋・かぶ・かぶ葉・玉葱・人参・セロリ・トマト缶・トマトケチャップ/ さつまいも・さらしあん・薄力粉/牛乳
17	土	鶏肉のごまみそ丼	ひじきと野菜のサラダ	根菜汁	さつまいもケーキ 麦茶	米・鶏もも肉・玉葱・人参・長葱・大葉・ごま・刻みのり・テンメンジャン/ ひじき・もやし・人参・きゅうり・ツナ缶/ 豚バラ肉・油揚げ・里芋・大根・ごぼう・小松菜/ ホットケーキミックス・豆乳・さつまいも・ごま/麦茶