

＊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 金	18 月	五目ご飯	白菜のとろとろ煮 かぶのゆかり和え	☆きりたんぼ鍋	焼きりんごとクッキー 牛乳	米・人参・ごぼう・しめじ・油揚げ・板こんにやく/ 白菜・豚モモ肉・大根・生椎茸・長葱・かぶ菜・生姜/ かぶ・きゅうり・緑豆もやし・人参・昆布・ゆかり/米・鶏モモ肉・ごぼう・舞茸・長葱・白滝・せり/ りんご・バター・ざらめ糖・薄力粉・全粒粉/牛乳
2	16 土	ひき肉とねぎの炒飯	もやしの和風和え	野菜たっぷりスープ	おいもクッキー 豆乳ココア	米・豚挽肉・長葱・万能葱・玉葱・コーン缶・ごま/ 緑豆もやし・人参・えのき茸・ツナ缶・きゅうり/ 豚ばら肉・ごぼう・人参・じゃが芋・小松菜・ごま/ さつま芋・薄力粉/豆乳・ココア
5	19 火	スパゲティナポリタン	グリーンポテトサラダ	ジュリエンスープ	あおさのりの混ぜご飯 麦茶	スパゲティ・ウィンナー・玉葱・人参・青ピーマン・マッシュルーム・にんにく・トマトケチャップ 中濃ソース・パルメザンチーズ/ じゃが芋・きゅうり・万能葱・ツナ缶・刻みのり・レモン・マヨネーズ/ 鶏モモ肉・キャベツ・玉葱・コーン缶・えのき茸・パセリ・トマト缶/ 玄米・あおさ・しらす・小松菜・ごま/麦茶
6	20 水	ご飯	もち粉唐揚げ 豆腐とじゃこサラダ	かぼちゃのみそ汁	フルーツサンド 牛乳	米/鶏モモ肉・白玉粉・にんにく・生姜・サニーレタス・ミニトマト/ 木綿豆腐・しらす・レタス・トマト・きゅうり・わかめ/ かぼちゃ・玉葱・油揚げ・小松菜・白滝・味噌/食パン・動物性クリーム・白桃缶・パイン缶 キウイフルーツ・いちご/牛乳
7	21 木	ご飯	かぼちゃの肉みそかけ ちくわのごま和え	なめこのみそ汁	(袋菓子) つなっこ こめ棒くん 牛乳	米/かぼちゃ・豚挽肉・人参・生揚げ・長葱・干し椎茸・生姜・テンメンジャン/ 焼き竹輪・緑豆もやし・きゅうり・人参・ごま/ なめこ・大根・玉葱・万能葱・味噌/ つなっこ(揚げ菓子)・こめ棒くん(ポン菓子)/牛乳
8	22 金	きのこカレー	フルーツサラダ	ガーリックスープ	レモンクッキー 牛乳	米・豚モモ肉・舞茸・しめじ・マッシュルーム・エリンギ・生椎茸・人参・玉葱・里芋・にんにく カレーフレーク/レタス・きゅうり・ミニトマト・みかん缶・パイン缶・りんご/ 豚挽肉・人参・さつま芋・玉葱・にんにく・パセリ・トマト缶・トマトケチャップ/ 薄力粉・ベーキングパウダー・マーガリン・レモン/牛乳
9	30 土	オムライス	キャベツもりもりサラダ	豚肉と根菜のスープ	ココアカップケーキ 麦茶	米・鶏モモ肉・卵・玉葱・青ピーマン・人参・トマトケチャップ/ キャベツ・レタス・わかめ・ツナ缶・コーン缶/ 豚バラ肉・玉葱・じゃが芋・人参・小松菜・ごま/ 薄力粉・ベーキングパウダー・ココア・豆乳・アーモンドスライス/麦茶
11	25 月	梅玉子とじうどん	つくね焼き ひじきとれんこんの酢の物		芋ようかん 牛乳	乾麺・卵・自家製梅干し・玉葱・長葱・生姜/ 豚挽肉・乾燥パン粉・人参・長葱・万能葱・生姜・レタス/ ひじき・人参・れんこん・かぶ・かぶ菜・ロースハム/ さつま芋・寒天/牛乳
12	26 火	ご飯	さばのみそ煮 切干大根のわかめ和え	豚汁	★パナジェッツ 牛乳	米/さば・板こんにやく・ごぼう・大根・生姜・味噌/ 切干大根・わかめ・しらす・きゅうり・人参・ごま/ 豚モモ肉・大根・人参・里芋・ごぼう・長葱・味噌/ さつま芋・アーモンドプードル・かぼちゃ・ココア・アーモンドスライス/牛乳
13	27 水	納豆レタスチャーハン	棒棒鶏サラダ	葱ごまスープ	焼き芋とくだもの 牛乳	米・納豆・鶏モモ肉・レタス・玉葱・小松菜/ 鶏ムネ肉・木綿豆腐・レタス・トマト・きゅうり・練りごま/ 白菜・玉葱・長葱・人参・万能葱・生姜・ごま/ さつま芋・柿/牛乳
14	28 木	ご飯	肉じゃが 鶏肉とわかめのぬた	ひつつみ汁	ブラウニー 牛乳	米/豚モモ肉・じゃが芋・玉葱・人参・さやいんげん・白滝/ 鶏ムネ肉・きゅうり・わけぎ・わかめ・油揚げ・はちみつ・からし・西京味噌/ 薄力粉・大根・さつま芋・人参・ごぼう/ 薄力粉・ベーキングパウダー・バター・卵・ココア/牛乳
15	29 金	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 ミルクスープ	お赤飯おにぎり 麦茶	食パン/鶏モモ肉・いんげん豆・じゃが芋・玉葱・アスパラガス・しめじ・パセリ にんにく・トマト缶・トマトケチャップ/キャベツ・りんご・人参・干しぶどう・くるみ・レモン/ ベーコン・白菜・玉葱・押し麦・コーンクリーム缶・牛乳/ 米・もち米・ささげ・黒ごま/麦茶

