

# 11月 献立表

## よつば陽明保育園

日付	午前おやつ	給食	午後おやつ	からだの血や肉になるもの	からだの熱や力になるもの	体の調子をととのえるもの	その他
1(水)	麦茶 せんべい ビスケット	ピピンパ かぼちゃとブロッコリー わかめとごまのスープ	牛乳 バナナヨーグルト	豚ひき肉わかめベビーチーズ ヨーグルト	せんべいビスケット米砂糖 ごま油ごま	にんにくしょうがもやしほう れんそう・冷凍にんじん かぼちゃブロッコリーパナ ナ	麦茶しょうゆゆみりん酢食 塩中華だし水
2(木)	麦茶 せんべい ビスケット	五目あんかけうどん かぼちゃサラダ みかん缶	麦茶 小魚 チュモツパ	豚小間肉小魚韓国のり	せんべいビスケット干しど んかたくり粉砂糖マヨドレ 米ごま油マヨネーズごま	たまねぎにんじんはくさい ピーマンかぼちゃ(冷凍)レ ズンみかん缶詰たくあん漬 け	麦茶酒鶏ガラ食塩しょうゆ 和風だしみりん
6(月)	麦茶 せんべい ビスケット	ごはん はんぺんと小松菜のすまし汁 鮭の味噌マヨ焼き 春雨サラダ	牛乳 チーズトースト	油あげみそにぼし粉鮭ハム 牛乳豚ひき肉ピザ用チーズ はんぺん	せんべいビスケット米砂糖 はるさめごま油食パンオ リーブ油マヨネーズ	かぼちゃ(冷凍)きゅうりにん じんたまねぎ(油いため)カッ トトマト小松菜	麦茶だし(かつお・昆布)しょ うゆみりん酒酢コンソメ食 塩
7(火)	麦茶 せんべい ビスケット	ごはん 卵の中華スープ ミートボール きゅうりの塩昆布和え	牛乳 芋巾着	卵豚ひき肉塩昆布牛乳	せんべいビスケット米かた くり粉パン粉砂糖ごま油さ つまいもバター黒ゴマ	たまねぎにんじんきゅうり	麦茶鶏ガラ水食塩ソースケ チャップコンソメ
8(水)	麦茶 せんべい ビスケット	麻婆丼 小松菜と春雨のスープ ナムル風サラダ	牛乳 ウインナードッグ	木綿豆腐豚ひき肉みそ牛乳 ウインナー卵	せんべいビスケット米ごま 油砂糖かたくり粉はるさめ ホットケーキミックス揚げ 油	ねぎにんじんしょうがにん にくこまつなほうれんそ う・冷凍もやし	麦茶水中華だししょうゆ酒 酢
9(木)	麦茶 せんべい ビスケット	納豆ひき肉丼 ほうれん草とえのきのみそ汁 ブロッコリーとコーンのマヨ和え	牛乳 手作り食パン(ジャ ム)	豚ひき肉納豆みそにぼし粉 牛乳	せんべいビスケット米砂糖 マヨネーズ強力粉(1等)無塩 バター	にんじんさいやいげんほう れんそう・冷凍えのきたけ ブロッコリーコーン・冷凍 ジャム(りんご)	麦茶しょうゆ酒和風だしだ し(かつお・昆布)食塩イース ト(ドライ)
10(金)	麦茶 せんべい ビスケット	ごはん キャベツとにんじんのみそ汁 ひじき入り豆腐ハンバーグ マカロニサラダ	麦茶 小魚 お好み焼き	みそにぼし粉鶏ひき肉絹ご し豆腐ひじき卵牛乳かつお 節	せんべいビスケット米パン 粉かたくり粉砂糖ごま油マ カロニマヨネーズ薄力粉サ ラダ油	キャベツにんじんきゅうり コーン・冷凍	麦茶だし(かつお・昆布)食塩 中華だししょうゆみりん酒 酢ソース(濃厚)
13(月)	麦茶 せんべい ビスケット	ごはん 豆乳とまいたけのみそ汁 カレイの煮つけ にんじんしりしり	牛乳 ココアラスク	豆乳みそにぼし粉かかれいツ ナ缶牛乳	せんべいビスケット米砂糖 ごま油ごま食パンバター	キャベツまいたけしょうが にんじん	麦茶だし(かつお・昆布)水 しょうゆみりん酒ココア
14(火)	麦茶 せんべい ビスケット	ごはん かぼちゃと油揚げのみそ汁 チャブチェ わかめとキャベツのナムル	牛乳 さつまいもスティック	油あげみそにぼし粉鶏ひき 肉わかめ牛乳	せんべいビスケット米はる さめごま油砂糖ごまさつま いもサラダ油	かぼちゃ(冷凍)にんじんピー マンたまねぎキャベツ	麦茶だし(かつお・昆布)しょ うゆ酒酢中華だし食塩
15(水)	麦茶 せんべい ビスケット	ごはん 白菜とえのきのみそ汁 さばのみそ焼き ひじきと高野豆腐の煮物	麦茶 ベビーチーズ 五平餅	みそにぼし粉さばひじき鶏 もも小間肉油あげ高野豆腐 ベビーチーズ	せんべいビスケット米砂糖 ごま	はくさいえのきたけにんじ ん	麦茶だし(かつお・昆布)しょ うゆみりん
16(木)	麦茶 せんべい ビスケット	ラーメン 餃子バーグ 小松菜の納豆和え バナナ	牛乳 パースデーパフェ	うずら卵なるとみそ豚ひき 肉納豆牛乳スキムミルクホ イップクリーム・植物性脂 肪	せんべいビスケット干し中 華めん(乾)ごま油かたくり粉 砂糖ホットケーキミックス サラダ油	ほうれんそう・冷凍コーン・ 冷凍にんにくしょうがキャ ベツにらこまつなにんじん バナナ	麦茶水中華だししょうゆ食 塩
17(金)	麦茶 せんべい ビスケット	ごはん はんぺんとほうれん草のみそ汁 しゅうまい(たけのこ) ブロッコリーとコーンのサラダ	牛乳 手作り食パン(ブルー ベリージャム)	はんぺんみそにぼし粉豚ひ き肉牛乳	せんべいビスケット米かた くり粉シューマイの皮砂糖 ごま油マヨネーズ強力粉(1 等)無塩バター	ほうれんそう・冷凍たまね ぎにんじんたけのこブロッ コリーコーン・冷凍ブルーベ リージャム	麦茶だし(かつお・昆布)酒 しょうゆ食塩酢イースト (ドライ)
20(月)	麦茶 せんべい ビスケット	キーマカレーライス ハムとパセリのスープ ほうれん草とコーンのサラダ	牛乳 手作りかぼちゃ食パン	豚ひき肉ハムちくわ牛乳	せんべいビスケット米サラ ダ油ごま砂糖ごま油マヨ ネーズ強力粉(1等)無塩バ ター	にんにくしょうがたまねぎ にんじんピーマンコーン・冷 凍ほうれんそう・冷凍かぼ ちゃ(冷凍)	麦茶ターメリックカレール ウカットトマト2号缶中華だ し水パセリしょうゆ酢食塩 イースト(ドライ)
21(火)	麦茶 せんべい ビスケット	ごはん かぼちゃと油揚げのみそ汁 鮭のざんぎ わかめとキャベツのナムル	麦茶 チーズ 焼きそば	油あげ大豆(水煮)みそに ぼし粉さけわかめベビー チーズ	せんべいビスケット米砂糖 揚げ油かたくり粉ごま油ご ま中華めん	にんじん大根しょうがにん にくキャベツたまねぎ	麦茶だし(かつお・昆布)しょ うゆパブリカ中華だし食塩 ソース
22(水)	麦茶 せんべい ビスケット	手打ち(肉汁うどん) さつまいもの天ぷら ブロッコリーとツナのサラダ	麦茶 小魚 塩こんぶおにぎり	豚小間肉スキムミルクツナ 缶(味付けフレーク)小魚塩昆布	せんべいビスケット砂糖薄 力粉強力粉(1等)さつまいも マヨネーズ米	たまねぎにんじん・皮むきね ぎ(白)・油いためブロッコ リー	麦茶だし(かつお・昆布)しょ うゆみりん酒水食塩酢
24(金)	麦茶 せんべい ビスケット	ごはん にんじんとコーンのスープ チンゲン菜と春雨のそぼろ炒め 塩だれキャベツ	牛乳 コーンフレーク	豚ひき肉牛乳豆乳	せんべいビスケット米はる さめごま油砂糖ごまコーン フレーク	コーン・冷凍にんじんチンゲ ンサイキャベツ	麦茶中華だし水しょうゆ酒 食塩
27(月)	麦茶 せんべい ビスケット	中華おこわ わかめとおふのみそ汁 さばの塩こうじ焼き 切干大根と厚揚げの煮物	麦茶 ベビーチーズ そうめん	鶏ひき肉わかめみそにぼし 粉さば生揚げベビーチーズ	せんべいビスケット米ごま 油砂糖焼き麩ごまそうめん	にんじんしめじ切り干し大 根	麦茶オイスターソースしょ うゆ酒だし(かつお・昆布)塩 こうじみりん
28(火)	麦茶 せんべい ビスケット	豆乳ちゃんぽん麺 里芋とツナのサラダ バナナ	麦茶 小魚 そぼろおにぎり	豚小間肉かまぼこ豆乳ツナ 缶小魚豚ひき肉	せんべいビスケット中華め んごま油里芋マヨネーズ砂 糖ごま米	キャベツたまねぎにんじん しょうがにんにくきゅうり バナナ	麦茶しょうゆ中華だしみり ん酒水酢
29(水)	麦茶 せんべい ビスケット	きのこの炊き込みごはん 鶏肉の塩こうじ焼き ほうれん草とにんじんのごま和え 茶碗蒸し	牛乳 焼きみそポテト	油あげ鶏もも唐揚げ用みそ 卵かまぼこ牛乳	せんべいビスケット米砂糖 ごまじゃがいもサラダ油	まいたけしめじにんじんほ うれんそう・冷凍こまつな	麦茶だし(かつお・昆布)しょ うゆ酒塩こうじ水だし(しい たけ)和風だしみりん
30(木)	麦茶 せんべい ビスケット	やさいそぼろ丼 干切りやさいのみそ汁 かぼちゃとチーズのサラダ	牛乳 手作り食パン(生ク リーム)	豚ひき肉みそにぼし粉スラ イスチーズ牛乳生クリーム	せんべいビスケット米砂糖 強力粉(1等)無塩バター	にんじんたまねぎキャベツ 大根かぼちゃ(冷凍)	麦茶しょうゆみりん酒だし (かつお・昆布)食塩イースト (ドライ)

\* 献立は材料の都合により変更することがあります。  
 \* 調理形態は月齢や体調に合わせて変更することがあります。  
 \* 午前のおやつはウエハースや芋けんぴなど日ごとに種類を変更しています。