

2024年度 11月 普通食予定献立

かえて保育園

日・曜		献立名	材料	おやつ	日・曜	献立名	材料	おやつ
1日 (金)		ごはん	米	牛乳	18日 (月)	鮎ごはん	米、鮎、白ごま	牛乳
		鮎の塩焼き	鮎(乳児は鮎)、塩	市販菓子		大根のそぼろ煮	大根、鶏ひき肉、かつお節布だし、しょうゆ、みりん、酒、砂糖、片栗粉	スイーツボテ
		ほうれん草の納豆和え	ほうれん草、こまつな、えのき、にんじん、納豆、しょうゆ	チーズ		高野豆腐の煮物	高野豆腐、にんじん、いんじん、かつお節布だし、しょうゆ、みりん、酒、砂糖	(さつまいも、バター、牛乳)
		みそ汁	絹ごし豆腐、さつまいも、たまねぎ、わかめ、かつお節布だし、米みそ			みそ汁	じゃがいも、たまねぎ、うすあげ、わかめ、かつお節布だし、米みそ	
ゼリー	ゼリー			ゼリー	ゼリー			
2日 (土)		チャーハン	米、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、コーン缶、しょうゆ、ごま油、塩	牛乳	19日 (火)	ごはん	米	牛乳
		きゅうりの酢の物	きゅうり、もやし、酢、砂糖、塩、油	市販菓子		鮎の塩田揚げ	鮎、しょうゆ、酒、片栗粉、油	選べるジャムトースト
		みそ汁	絹ごし豆腐、わかめ、かつお節布だし、米みそ	バナナ		はくさいのナムル	はくさい、にんじん、きゅうり、酢、しょうゆ、砂糖、塩、ごま油	(食パン、バター、いちごジャム)
		ゼリー	ゼリー			豚汁	豚肉、さつまいも、にんじん、板こんにゃく、ごぼう、薬味、かつお節布だし、米みそ	
ゼリー	ゼリー			ゼリー	ゼリー			
4日 (月)		振替休日			20日 (水) いもほり	ごはん	米	牛乳
						厚揚げのツナマヨ焼き	厚揚げ、ツナ缶、コーン缶、青のり、マヨネーズ、しょうゆ	フルーツ盛り合わせ
						もやし和え物	もやし、きゅうり、わかめ、白ごま、酢、しょうゆ、砂糖、塩、ごま油	(みかん、柿、りんご)
						みそ汁	大根、えのき、かつお節布だし、米みそ	ひかり・だいちはせんべい
ゼリー	ゼリー			ゼリー	ゼリー			
5日 (火)		マーボー丼	米、木綿豆腐、豚ひき肉、しょうが、たまねぎ、にんじん、白ねぎ、米みそ、しょうゆ、砂糖、片栗粉	牛乳	21日 (木)	ミートパグティ	スパゲティ、合い挽きミンチ、たまねぎ、にんじん、トマト缶、ケチャップ、コンソメ、塩	牛乳
		もやしのナムル	もやし、きゅうり、にんじん、白ごま、酢、しょうゆ、砂糖、塩、ごま油	ゆきいも		ブロッコリーのじゃこ和え	ブロッコリー、キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン缶、しらす干し、酢、砂糖、塩、油	ポールドーナツ
		すまし汁	はくさい、えのき、わかめ、かつお節布だし、しょうゆ、酒、塩	(さつまいも)		和風スープ	はくさい、えのき、うすあげ、わかめ、かつお節布だし、しょうゆ、酒、塩	(ホットケーキミックス、絹ごし豆腐、砂糖、グラニュー糖)
		ゼリー	ゼリー			ゼリー	ゼリー	
6日 (水)		ごはん	米	牛乳	22日 (金)	さつまいもごはん	米、さつまいも、塩、酒	牛乳
		豚肉とキャベツの味噌炒め	豚肉、キャベツ、なす、にんじん、米みそ、しょうゆ、砂糖、みりん	お菓子のラスク		鮎の味噌煮	鮎(乳児は鮎)、しょうが、米みそ、砂糖、みりん、酒	コロコロラスク
		にんじんの和え物	もやし、にんじん、きゅうり、酢、砂糖、塩、油	(鮎焼き、バター、砂糖)		きゅうりの甘酢和え	きゅうり、もやし、にんじん、白ごま、酢、しょうゆ、砂糖、塩、ごま油	(食パン、バター、砂糖)
		すまし汁	絹ごし豆腐、たまねぎ、わかめ、かつお節布だし、しょうゆ、酒、塩			すまし汁	絹ごし豆腐、えのき、うすあげ、たまねぎ、わかめ、かつお節布だし、しょうゆ、酒、塩	
ゼリー	ゼリー			りんご	りんご			
7日 (木)		卵とじうどん	うどん、豚肉、はくさい、うすあげ、ねぎ、卵、かつお節布だし、しょうゆ、酒、みりん、塩、片栗粉	牛乳	23日 (土)	勤労感謝の日		
		さつまいもの甘煮	さつまいも、砂糖	ごへいもち				
		にんじんシリシリ	にんじん、ごま油、塩、白ごま	(米、米みそ、砂糖、みりん)				
		柿	柿					
8日 (金)		ハヤシライス	米、牛肉、たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、ハヤシルー、ケチャップ、油	牛乳	25日 (月)	ごはん/えのきの佃煮	米、えのき、しょうゆ、みりん、砂糖	牛乳
		キャベツのコーン和え	キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン缶、マヨネーズ、酢、砂糖、塩、油	フライドポテト		鮎の味噌煮	鮎、小豆粉、ねぎ、酢、砂糖、しょうゆ、ごま油、白ごま、かつお節布だし	チーズトースト
		チーズ	チーズ	(じゃがいも、油、塩)		ほうれん草のおかか和え	ほうれん草、こまつな、にんじん、うすあげ、しょうゆ、みりん、かつお節布だし	(食パン、マヨネーズ、ピザチーズ)
		バナナ	バナナ			みそ汁	絹ごし豆腐、たまねぎ、じゃがいも、わかめ、かぶ、かつお節布だし、米みそ	
ゼリー	ゼリー			ゼリー	ゼリー			
9日 (土)		かえてフェスティバル			26日 (火)	ごはん/納豆	米、納豆	牛乳
						豚肉の照り焼き	豚肉、じゃがいも、しょうゆ、砂糖、みりん	きなこプリン
						れんこんサラダ	れんこん、にんじん、きゅうり、りんご、マヨネーズ、酢、砂糖、塩、油	(きなこ、豆腐、ゼラチン、砂糖、ホイップクリーム、あんこ)
						すまし汁	絹ごし豆腐、えのき、エリンギ、はくさい、ほうれん草、かつお節布だし、しょうゆ、酒、塩	
ゼリー	ゼリー			りんご	りんご			
11日 (月)		煮ごはん	米、押し麦	牛乳	27日 (水)	キーマカレー	米、牛ひき肉、たまねぎ、にんじん、しめじ、カレーウ、トマト缶、油	牛乳
		鮎の照り焼き	鮎、しょうゆ、砂糖、みりん	揚げパン		コールスローサラダ	キャベツ、にんじん、きゅうり、コーン缶、マヨネーズ、酢、砂糖、塩、油	マッシュマロクラッカー
		スパゲティサラダ	スパゲティ、きゅうり、にんじん、コーン缶、マヨネーズ、酢、砂糖、塩、油	(ロールパン、きなこ、砂糖、油)		ゆで卵(0.1歳児はチーズ)	卵	(マッシュマロ、クラッカー)
		すまし汁	たまねぎ、えのき、うすあげ、わかめ、かつお節布だし、しょうゆ、酒、塩			ゼリー	ゼリー	
ゼリー	ゼリー							
12日 (火)		ごはん	米	お茶	28日 (木)	ちくわ天うどん	うどん、わかめ、かまぼこ、ちくわ、青のり、えびら粉、ねぎ、かつお節布だし、しょうゆ、酒、みりん、塩	牛乳
		豆腐ハンバーグ	鶏ひき肉、しょうが、木綿豆腐、えのき、ひじき、しょうゆ、砂糖、みりん、酒、片栗粉	フルーツヨーグルト		キャベツのコーン和え	キャベツ、にんじん、きゅうり、コーン缶、酢、砂糖、塩、油	りんごのカップケーキ
		きゅうりとわかめの酢の物	きゅうり、わかめ、しらす干し、酢、砂糖、塩、油	(ヨーグルト、砂糖、もも缶、バナナ、みかん缶)		いりこ	いりこ	(米粉、卵、砂糖、油、ベーキングパウダー、りんご)
		けんちん汁	だいこん、にんじん、さといも、板こんにゃく、ごぼう、うすあげ、かつお節布だし、しょうゆ、酒、塩			みかん	温州みかん	
ゼリー	ゼリー							
13日 (水)		ピビン丼	米、豚ひき肉、にんじん、もやし、ほうれん草、しょうゆ、砂糖、酒、ごま油、塩	牛乳	29日 (金)	ごはん	米	牛乳
		大根のツナ和え	大根、にんじん、きゅうり、コーン缶、ツナ缶、酢、しょうゆ、砂糖、塩、油	さつまいもフライ		アカカオの野菜あんかけごぼうの味噌揚げ	アカカオ、にんじん、たまねぎ、ごぼう、酢、しょうゆ、砂糖、酒、小麦粉、片栗粉、油	フルーツ盛り合わせ
		みそ汁	たまねぎ、えのき、わかめ、かぶ、かつお節布だし、米みそ	(さつまいも、油、塩)		コロコロサラダ	じゃがいも、にんじん、きゅうり、コーン缶、マヨネーズ、酢、砂糖、塩、油	(柿、りんご、バナナ)
		みかん	みかん			みそ汁	絹ごし豆腐、えのき、大根、うすあげ、わかめ、かつお節布だし、米みそ	
ゼリー	ゼリー			ゼリー	ゼリー			
14日 (木)		ラーメン	中華麺、鶏もも肉、しょうゆ、砂糖、みりん、わかめ、コーン缶、もやし、かつお節布だし、酒、塩、ごま油	牛乳	30日 (土)	ダンディタイムイベント		
		キャベツのじゃこ和え	キャベツ、きゅうり、にんじん、しらす干し、酢、しょうゆ、砂糖、塩、油	菓子パン				
		魚豆	金時豆、砂糖					
		ゼリー	ゼリー					
15日 (金) 誕生日会		わかめごはん	米、しらす干し、わかめ、白ごま、ごま油、塩	牛乳				
		鶏肉のから揚げ	鶏肉、しょうが、しょうゆ、酒、小麦粉、片栗粉、油	誕生日ケーキ				
		ポテトサラダ	じゃがいも、さつまいも、にんじん、きゅうり、マヨネーズ、酢、砂糖、塩、油	(米粉、砂糖、酢、油、卵、生クリーム、りんご、みかん缶)				
		コーンスープ	クリームコーン缶、コーン缶、たまねぎ、豆腐、米粉、コンソメ、塩					
ゼリー	ゼリー							
16日 (土)		オープンサンド	食パン、ツナ缶、きゅうり、マヨネーズ、いちごジャム	牛乳				
		ポールウインナー	ポールウインナー	市販菓子				
		ヨーグルト	ヨーグルト	バナナ				
		チーズ	チーズ					
ゼリー	ゼリー							

※延長のおやつはビスケット・せんべい・おかし・芋けんぴを日替わりで使用しています。
※納品の都合上、内容を変更する場合があります。

※乳児クラス(1歳以上)は毎朝牛乳を飲みます。
※0歳児はマヨネーズの代わりにドレッシング(酢、砂糖、塩、油)で提供しています。

およりりの部屋：H先生・N先生