

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

※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