

11月 献立表

西嶺保育園

★目標★

- ・風邪予防に旬の野菜を食べよう!
- ・食事の提供に関わる人たちに感謝して



2日 (月)	3日 (火)	4日 (水)	5日 (木)	6日 (金)	7日 (土)	
ソースカツ丼 鶏肉、人参、キャベツ 小麦粉、卵、パン粉	文化の日	回鍋肉 豚肉、キャベツ、ピーマン	ハンバーグ 合いびきミンチ、卵、パン粉 牛乳、玉ねぎ	鶏とさつま芋の天ぷら 鶏肉、さつま芋、てんぷら粉	あんかけ丼 鶏ミンチ、かまぼこ、油揚げ 玉ねぎ、ねぎ、生姜 片栗粉	
赤だし えのき、わかめ、玉ねぎ		マロニーの中華和え マロニー、ツナ、もやし きゅうり、人参	りんごサラダ りんご、ハム、キャベツ、きゅうり 人参、ヨーグルト、マヨネーズ	小松菜とひじきの炒め物 小松菜、ひじき、じゃこ		
鮭と大根菜のご飯 米、玄米、鮭フレーク 大根菜、いりごま		もずくのスープ もずく、人参、玉ねぎ	コンソメスープ 玉ねぎ、人参、しめじ、コーン	白菜の味噌汁 白菜、油揚げ	ひじきの炒め物 ひじき、ベーコン、人参、コーン	
牛乳		りんごゼリー りんご、りんごジュース、 粉寒天	さつま芋モンブラン さつま芋、生クリーム、牛乳 バター、カスタード、ホイップ、黒ごま	ツナサンド 食パン、ツナ、玉ねぎ マヨネーズ	市販菓子	
9日 (月)		10日 (火)	11日 (水)	12日 (木)	13日 (金)	14日 (土)
さわらの竜田揚げ さわら、生姜、片栗粉 小麦粉		親子丼 鶏肉、卵、玉ねぎ、人参 しめじ、麩、片栗粉	四川風豆腐 豚肉、豆腐、玉ねぎ、生姜 チンゲン菜、干し椎茸 片栗粉	すき焼き風煮 牛肉、玉ねぎ、糸こんにやく 麩、焼き豆腐	きのこのハヤシライス 合いびきミンチ、玉ねぎ 人参、しめじ、エリンギ	あんかけ丼 鶏ミンチ、かまぼこ、油揚げ 玉ねぎ、ねぎ、生姜 片栗粉
じゃが芋のそぼろ煮 鶏ミンチ、じゃが芋、玉ねぎ 生姜、糸こんにやく、片栗粉		けんちん汁 大根、玉ねぎ、ごぼう	わかめの中華和え わかめ、もやし、人参 ハム、いりごま	切干大根の焼きそば風 豚ミンチ、切干大根、人参、もやし キャベツ、ピーマン、削り節	お豆さんサラダ 大豆、人参、キャベツ ツナ、コーン、マヨネーズ	
なすのみそ汁 なすび、玉ねぎ、人参		市販菓子	卵のスープ 卵、玉ねぎ、人参、片栗粉	里芋のみそ汁 里芋、しめじ、人参		ひじきの炒め物 ひじき、ベーコン、人参、コーン
コーンスナック コーンフレーク、マシュマロ バター			小倉トースト 食パン、バター、あんこ	ヨーグルトとクラッカー ヨーグルト、クラッカー ブルーベリージャム	ホットケーキ ホットケーキミックス、牛乳 ケーキシロップ	市販菓子
牛乳		牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
16日 (月)	17日 (火)	18日 (水)	19日 (木)	20日 (金)	21日 (土)	
鮭の磯辺焼き 鮭、青のり	回鍋肉 豚肉、キャベツ、ピーマン	鶏とさつま芋の天ぷら 鶏肉、さつま芋、てんぷら粉	ハンバーグ 合いびきミンチ、卵、パン粉 牛乳、玉ねぎ	親子丼 鶏肉、卵、玉ねぎ、人参 しめじ、麩、片栗粉	和風スパゲッティ ベーコン、ほうれん草 しめじ、バター、パスタ にんにく	
かぼちゃと豚の煮物 豚肉、かぼちゃ、玉ねぎ	マロニーの中華和え マロニー、ツナ、もやし きゅうり、人参	小松菜とひじきの炒め物 小松菜、ひじき、じゃこ	りんごサラダ りんご、ハム、キャベツ、きゅうり 人参、ヨーグルト、マヨネーズ	けんちん汁 大根、玉ねぎ、ごぼう 人参、豆腐、油揚げ		
すまし汁 豆腐、ほうれん草、かまぼこ	もずくのスープ もずく、人参、玉ねぎ	白菜の味噌汁 白菜、油揚げ	コンソメスープ 玉ねぎ、人参、しめじ、コーン	市販菓子	コンソメスープ キャベツ、コーン、玉ねぎ、人参	
カレーうどん 牛肉、油揚げ、玉ねぎ、ねぎ うどん	りんごゼリー りんご、りんごジュース、 粉寒天	ツナサンド 食パン、ツナ、玉ねぎ マヨネーズ	鮭と大根菜のご飯 米、玄米、鮭フレーク 大根菜、いりごま	市販菓子	市販菓子	
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳		
23日 (月)	24日 (火)	25日 (水)	26日 (木)	27日 (金)	28日 (土)	
勤労感謝の日	ソースカツ丼 鶏肉、人参、キャベツ 小麦粉、卵、パン粉	すき焼き風煮 牛肉、玉ねぎ、糸こんにやく 麩、焼き豆腐	四川風豆腐 豚肉、豆腐、玉ねぎ、生姜 チンゲン菜、干し椎茸 片栗粉	さわらの竜田揚げ さわら、生姜、片栗粉 小麦粉	和風スパゲッティ ベーコン、ほうれん草 しめじ、バター、パスタ にんにく	
		切干大根の焼きそば風 豚ミンチ、切干大根、人参、もやし キャベツ、ピーマン、削り節	わかめの中華和え わかめ、もやし、人参 ハム、いりごま	じゃが芋のそぼろ煮 鶏ミンチ、じゃが芋、玉ねぎ 生姜、糸こんにやく、片栗粉		
	赤だし えのき、わかめ、玉ねぎ	里芋のみそ汁 里芋、しめじ、人参	卵のスープ 卵、玉ねぎ、人参、片栗粉	なすのみそ汁 なすび、玉ねぎ、人参	コンソメスープ キャベツ、コーン、玉ねぎ、人参	
	ヨーグルトとクラッカー ヨーグルト、クラッカー ブルーベリージャム	小倉トースト 食パン、バター、あんこ	コーンスナック コーンフレーク、マシュマロ バター	ホットケーキ ホットケーキミックス、牛乳 ケーキシロップ	市販菓子	
		牛乳	牛乳	牛乳		
	30日 (月)					
	鮭の磯辺焼き 鮭、青のり					
	かぼちゃと豚の煮物 豚肉、かぼちゃ、玉ねぎ					
	すまし汁 豆腐、ほうれん草、かまぼこ					
	カレーうどん 牛肉、油揚げ、玉ねぎ、ねぎ うどん					
牛乳						

☆ お誕生日会 ☆
今月は
5日 (金) です

☆ お弁当の日 ☆
今月は
11日 (水) です
幼児組はお弁当の用意を
お願いします

※献立は材料の入手状況により変更する場合がありますのでご了承ください