

H29年 11月の献立

乳幼児

あゆみ幼稚園

日	曜日	朝のおやつ (乳児)	お昼の献立	材料名	3時のおやつ	材料名	
1	水	胚芽スティック 牛乳	ごはん/麻婆豆腐 キャベツのごまじゅと和え みりん干し/フルーツ	米/豆腐・豚ミンチ・干し椎茸・青葱・鶏ガラ・ニンニク・土生姜 キャベツ・小松菜・人参・ちりめんじゃこ・ごま みりん干し/バナナ	りんご ビスコ 牛乳	りんご ビスコ	
2	木	野菜せんべい お茶	ごはん/野菜と納豆のかき揚げ 胡瓜の酢の物 豆腐とわかめのみそ汁/フルーツ	米/さつまいも・人参・玉葱・水菜・納豆 胡瓜・もやし・キャベツ 豆腐・わかめ/オレンジ	野菜ラーメン 牛乳	中華麺・白菜 人参・もやし 干し椎茸・鶏ガラ	
3	金	休 園 (文化の日)					
4	土	ひじきスティック お茶	そぼろ丼 麩とじゃが芋のみそ汁/フルーツ	米・鶏ミンチ・ほうれん草・コーン缶・土生姜 麩・じゃが芋・玉葱・人参/りんご	畑のクラッカー 牛乳	畑のクラッカー	
6	月	ミレービスケット 牛乳	<収穫感謝祭Ⅰ> きのごカレーライス スパゲティサラダ フルーツ	白米・鶏肉・玉葱・しめじ・エリンギ・まいたけ・パプリカ・鶏ガラ・ニンニク・カレールウ スパゲティ・胡瓜・人参・コーン缶・マヨネーズ オレンジ	ミルクもち お茶	牛乳・片栗粉 きな粉	
7	火	畑のクラッカー お茶	<収穫感謝祭Ⅱ>～秋の恵みでパーティー～ ごはん/鮭の照焼き 三色和え 真だくさんの豚汁/フルーツ	米/鮭 じゃが芋・人参・ほうれん草・鯉節 豚肉・さつまいも・大根・人参・ごぼう・板こんにゃく・椎茸・里芋・青葱/りんご	ストロベリーツイスト 牛乳	ストロベリーツイスト (卵入り)	
8	水	ミルクスティック 牛乳	大根ごはん/鶏肉の葱みそ焼き さつまいものレモン煮 豆腐のすまし汁/フルーツ	米・大根・うす揚げ/鶏肉・青葱 さつまいも・レモン 豆腐・人参・えのき・わかめ/りんご	チーズ蒸しパン 牛乳	小麦粉・チーズ・牛乳 ベーキングパウダー	
9	木	りんご お茶	ごはん/鯖の塩焼き ほうれん草の和え物/金時豆 かぶらと揚げのみそ汁/フルーツ	米/鯖・塩麩 ほうれん草・もやし・人参/金時豆 かぶら・かぶらの葉・うす揚げ/バナナ	ブルーベリーヨーグルト 胚芽スティック お茶	スキムミルク ブルーベリージャム 胚芽スティック	
10	金	ふかし芋 牛乳	ごはん/和風クロック ブロッコリーサラダ/ひじき煮 れんこんスープ/フルーツ	米/合挽きミンチ・じゃが芋・白葱・玉葱・ニンニク・小麦粉・パン粉 ブロッコリー・人参・コーン缶/ひじき・うす揚げ・人参・グリーンピース 豚肉・蓮根・キャベツ/オレンジ	柿・りんご 牛乳	柿・りんご	
11	土	野菜スティック お茶	中華丼 春雨スープ/フルーツ	米・豚肉・白菜・人参・椎茸・チンゲン菜・土生姜・ニンニク・鶏ガラ 春雨・人参・玉葱・しめじ/オレンジ	胚芽スティック 牛乳	胚芽スティック	
13	月	きな粉サンド 牛乳	ごはん/酢豚 中華きゅうり ビーフンスープ/フルーツ	米/豚肉・さつまいも・玉葱・ピーマン・人参・土生姜・ケチャップ 胡瓜・ごま ビーフン・小松菜・人参・干し椎茸・鶏ガラ/りんご	ダノンヨーグルト ミレービスケット お茶	ダノンヨーグルト ミレービスケット	
14	火	ねじりん棒カレー味 お茶	ごはん/ブリの照焼き 白和え/じゃが芋の金平 麩のみそ汁/フルーツ	米/鯖 豆腐・板こんにゃく・干し椎茸・ほうれん草・人参・ごま/じゃが芋・人参 麩・玉葱・わかめ/柿	人参おにぎり 牛乳	米・人参	
15	水	カル鉄スティック 牛乳	ごはん/ささみのフリッター ブロッコリーのおかか和え/大豆煮 茄子と揚げのみそ汁/フルーツ	米/鶏肉・小麦粉・ベーキングパウダー・カレー粉・青のり ブロッコリー・キャベツ・鯉節/大豆・ごぼう・人参・板こんにゃく・昆布 茄子・うす揚げ/りんご	バナナ ねじりん棒 牛乳	バナナ ねじりん棒	
16	木	畑のクラッカー お茶	<幼児遠足の日> ※3・4・5歳児はお弁当です さつまいもごはん/鯖のみそ煮 切干大根の煮物 豆腐のすまし汁/フルーツ	米・さつまいも・ごま/鯖・土生姜 切干大根・人参・うす揚げ・三度豆 豆腐・えのき・豆苗/柿	シュガートースト 牛乳	食パン・マーガリン	
17	金	胚芽スティック 牛乳	<11月生まれ誕生会> きんぴらごはん/鶏肉の唐揚げ 野菜サラダ/添え野菜 五目すまし汁/フルーツ	もち米・ごぼう・人参・ごま/鶏肉・土生姜・ニンニク キャベツ・胡瓜・コーン缶/ブロッコリー・トマト 大根・人参・えのき・糸こんにゃく・豆苗/みかん・りんご	マシュマロサンド 牛乳	ビスケット マシュマロ	
18	土	紫芋チップ お茶	豚丼 じゃが芋と玉葱のみそ汁/フルーツ	米・豚肉・玉葱・青葱 じゃが芋・玉葱・人参・わかめ/オレンジ	ねじりん棒カレー味 牛乳	ねじりん棒カレー味	
20	月	野菜スティック 牛乳	ごはん/タンドリーチキン カロチンとえ 玉葱とえのきのみそ汁/フルーツ	米/鶏肉・カレー粉・ニンニク・土生姜・ヨーグルト 南瓜・人参・ほうれん草・鯉節 玉葱・えのき/りんご	ツナおにぎり 牛乳	米・ツナ缶	
21	火	いちごヨーグルト お茶	ごはん/いわしの蒲焼き 里芋田楽/小松菜の和え物 白菜のみそ汁/フルーツ	米/鯖 里芋/小松菜・人参・えのき 白菜・うす揚げ・人参/柿	ミルクパン 牛乳	ミルクパン (卵入り)	
22	水	チーズのボンデケーキ 牛乳	ごはん/豆腐とえびのケチャップ煮 根菜の炒め物 添えブロッコリー/フルーツ	米/豆腐・豚ミンチ・えび・玉葱・人参・チンゲン菜・ニンニク・土生姜・トマト缶・ケチャップ ごぼう・人参・板こんにゃく・蓮根・ピーマン・ごま ブロッコリー/バナナ	さつまいももち 牛乳	さつまいも・白玉粉	
23	木	休 園 (勤労感謝の日)					
24	金	焼き芋 牛乳	ごはん/カジキマグロの竜田揚げ 南瓜の甘煮/ほうれん草としめじのソテー 豆腐となめこのみそ汁/フルーツ	米/カジキマグロ・土生姜・ニンニク 南瓜/ほうれん草・しめじ・人参 豆腐・なめこ・青葱/りんご	オレンジ 野菜せんべい 牛乳	オレンジ 野菜せんべい	
25	土	ねじりん棒 お茶	ホイコーロー丼 さつまいものみそ汁/フルーツ	米・豚肉・キャベツ・人参・ピーマン さつまいも・玉葱・青葱/オレンジ	ミレービスケット 牛乳	ミレービスケット	
27	月	ミルクスティック 牛乳	ピピンパ 豚肉の甘辛炒め/じゃが芋のソテー かき玉汁/フルーツ	米・ほうれん草・人参・もやし・ごま 豚肉・玉葱/じゃが芋 玉葱・卵・人参・青葱/オレンジ	りんご せんべい 牛乳	りんご せんべい	
28	火	紫芋チップ お茶	ごはん/鮭のチャンチャン焼き さつまいもの天ぷら けんちん汁/フルーツ	米/鮭・キャベツ・人参・玉葱・もやし さつまいも・小麦粉 大根・人参・豆腐・うす揚げ・青葱/りんご	みかんヨーグルト ビスコ お茶	スキムミルク みかん缶 ビスコ	
29	水	人参蒸しパン 牛乳	ごはん/カレー肉じゃが きゅうりのしぼり 大根のみそ汁/フルーツ	米/豚肉・じゃが芋・玉葱・人参・糸こんにゃく・グリーンピース・カレー粉 胡瓜・ゆかり 大根・うす揚げ/バナナ	あんかけうどん 牛乳	うどん麺・うす揚げ 白菜・人参・青葱	
30	木	畑のクラッカー お茶	人参ごはん/赤魚と豆腐の煮付け ほうれん草のお浸し 南瓜のみそ汁/フルーツ	米・人参/赤魚・豆腐・土生姜 ほうれん草・人参・もやし・うす揚げ 南瓜・玉葱/りんご	大学芋 牛乳	さつまいも・ごま	

※ 主食の米は、微量栄養素(ビタミンB1・食物繊維・鉄など)をより多く摂取できるように、五分づき米を使用しています。
 ※ 調味料は記載以外に、出汁(昆布・青魚・鮭)・砂糖・醤油・みりん・酒・塩・こしょう・植物油・酢・片栗粉・味噌を使用しています。
 ※ アレルギーは除去食で対応しています。
 ※ 乳児…朝のおやつは月・水・金、3時のおやつは毎日牛乳を飲みます。(3時のおやつが乳製品のときはお茶です)
 ※ 幼児…昼食時は月・水・金、3時のおやつは毎日牛乳を飲みます。(3時のおやつが乳製品のときはお茶です)
 ※ 延長保育には、パン・フルーツ・菓子などの軽食を日替わりで用意しています。