



# 平成29年 11月の献立

認定こども園 ほそだ

| 1・3・5週        |               |  |   |             |  |
|---------------|---------------|--|---|-------------|--|
| 曜             | 日             | 朝のおやつ  | 材料名   | 主食・フルーツ     | 3時のおやつ                                     |
| 月             | 13<br>27      | 畑のクラッカー<br>じゃが芋のおかか炒め<br>春雨サラダ                                 | 豚挽肉・豆腐・茄子・玉葱・人参・ニラ・味噌<br>じゃが芋・ブロッコリー・鰹節<br>春雨・胡瓜・赤パプリカ・エリンギ   | ごはん<br>みかん  | 牛乳<br>畑のクラッカー<br>胚芽スティック                   |
| 火             | 14<br>28      | ミレービスケット<br>チキン南蛮<br>きやべつトマト煮<br>白菜と人参のナムル<br>玉葱のみそ汁           | 鶏肉・玉葱・胡瓜・マヨネーズドレッシング・パセリ<br>きやべつ・大豆・黄パプリカ・トマト缶<br>白菜・人参・もやし・ごま・ごま油<br>玉葱・わかめ・しめじ・味噌                   | ごはん<br>柿    | 牛乳<br>アップルパイ<br>りんご・餃子の皮                   |
| 水             | 1<br>15<br>29 | あずきクラッカー<br>さけのみみじ焼き<br>豆腐とひじきの炒り煮<br>ほうれん草の胡麻和え<br>麩のみそ汁      | さけ・人参・マヨネーズドレッシング<br>豆腐・ひじき・人参・葱<br>ほうれん草・きやべつ・油揚げ・ごま<br>麩・玉葱・えのき・味噌                                  | ごはん<br>バナナ  | 牛乳<br>ボンデケーキ<br>小麦粉・白玉粉<br>チーズ・牛乳・BP       |
| 木             | 2<br>30       | ミルクスティック<br>豚肉のマーメレード煮<br>さつま芋のグラタン<br>いるどりなます<br>青菜のスープ       | 豚肉・マーメレード・レモン<br>さつま芋・玉葱・しめじ・小麦粉・牛乳・バター・パン粉・チーズ・パセリ<br>大根・人参・胡瓜・黄パプリカ<br>チンゲン菜・玉葱・人参・干し椎茸・コーン         | ごはん<br>梨    | 牛乳<br>胚芽スティック<br>海草スナック                    |
| 金             | 17            | 野菜スティック<br>さわらの梅煮<br>厚揚げのカレー炒め<br>南瓜とひじきのサラダ<br>里芋のみそ汁         | さわら・梅干し・生姜<br>厚揚げ・小松菜・カレー粉<br>南瓜・蓮根・ひじき・ごま油<br>里芋・人参・葱・味噌   | ごはん<br>バナナ  | 牛乳<br>ツナサンド<br>食パン・ツナ缶・胡瓜<br>マヨネーズドレッシング   |
| 土             | 4<br>18       | ポップコーン<br>牛肉とごぼうの混ぜご飯<br>きやべつの甘酢和え<br>じゃが芋のみそ汁                 | 牛肉・ごぼう・人参・葱<br>きやべつ・胡瓜・ツナ缶<br>じゃが芋・玉葱・えのき・味噌  | ごはん<br>オレンジ | 牛乳<br>カレーねじりん棒<br>ミレービスケット                 |
| 2・4週          |               |  |   |             |  |
| 月             | 6<br>20       | 野菜スティック<br>八宝菜<br>厚揚げの甘辛焼き<br>さつま芋のサラダ                         | 豚肉・白菜・玉葱・えび・人参・干し椎茸・チンゲン菜・ヤングコーン・ごま油<br>厚揚げ・三度豆<br>さつま芋・胡瓜・エリンギ・マヨネーズドレッシング                           | ごはん<br>みかん  | 牛乳<br>ミレービスケット<br>ひじきスティック                 |
| 火             | 7<br>21       | 畑のクラッカー<br>カレイのムニエル<br>ナポリタン<br>きんぴら蓮根サラダ<br>わかめと油揚げのみそ汁       | カレイ・小麦粉<br>スパゲティ・玉葱・ピーマン・ケチャップ<br>蓮根・人参・大根・水菜・鶏ささ身・ごま<br>わかめ・油揚げ・白葱・味噌                                | ごはん<br>柿    | 牛乳<br>スコーン<br>小麦粉・バター・BP<br>いちごジャム・生クリーム   |
| 水             | 8<br>22       | あずきクラッカー<br>さばのみりん漬焼き<br>南瓜の焼きコロッケ<br>ほうれん草のお浸し<br>豆腐のみそ汁      | さば<br>南瓜・豚挽肉・ひじき・パン粉<br>ほうれん草・小松菜・人参・柿<br>豆腐・玉葱・えのき・味噌  | ごはん<br>バナナ  | 牛乳<br>焼きおにぎり<br>味噌                         |
| 木             | 9             | ミレービスケット<br>カレーライス<br>大根のべっこう煮<br>焼きサラダ                        | 鶏肉・南瓜・玉葱・人参・トマト缶・生姜・カレールウ<br>大根<br>ブロッコリー・玉葱・赤パプリカ・しめじ  | ごはん<br>みかん  | 牛乳<br>ねじりん棒<br>きなこウエハース                    |
| 金             | 10<br>24      | ミルクスティック<br>鶏肉のトマトチーズ焼き<br>里芋の煮物<br>きやべつのごま味噌和え<br>コンソメスープ     | 鶏肉・トマト缶・ケチャップ・チーズ<br>里芋・人参・三度豆<br>きやべつ・胡瓜・黄パプリカ・味噌・ごま<br>玉葱・かぶ・かぶの葉・コンソメ                              | ごはん<br>バナナ  | 牛乳<br>芋ようかん<br>さつま芋・寒天                     |
| 土             | 11<br>25      | ポップコーン<br>野菜ラーメン<br>ブロッコリーのおかか和え                               | 豚肉・人参・玉葱・小松菜・もやし・コーン<br>ブロッコリー・胡瓜・人参・鰹節   | 中華麺<br>オレンジ | 牛乳・紫芋チップ<br>動物ビスケット                        |
| ラン<br>チ<br>デー | 16            | ミルクスティック<br>さつま芋ご飯<br>豚肉の竜田揚げ<br>マカロニサラダ<br>ツナチーズ焼き<br>豆乳味噌スープ | さつま芋・ごま<br>豚肉<br>マカロニ・胡瓜・人参・コーン・きやべつ・マヨネーズドレッシング<br>ツナ缶・ブロッコリー・南瓜・赤パプリカ・チーズ<br>しめじ・白菜・人参・玉葱・パセリ・豆乳・味噌 | ごはん<br>みかん  | 牛乳<br>ココアケーキ<br>小麦粉・BP・牛乳<br>バター・ココア・生クリーム |

☆マヨネーズドレッシングは鶏卵を使用していません。卵アレルギーのお子様も食べることができます。

☆だし汁は、昆布、いりこ、かつお、あじ、さばでとっています。

☆調味料は記載以外に、だし汁・砂糖・醤油・みりん・酒・塩・植物油・酢・片栗粉・鶏ガラスープの素を使用しています。

☆延長保育はお茶と駄菓子又はおにぎりを提供します。

☆BPはベーキングパウダーです。

