



11月こんだて

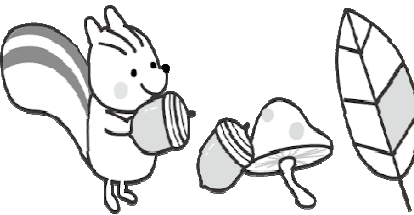





熱量 466kcal タンパク質 18.2g



(あひる)

吉祥院こども園

	献立	材 料	お や つ		献立	材 料	お や つ		
2 ・ 16 ・ 30 (月)	ごはん ・ 炒り豆腐 ・ 大根煮 味噌汁	米 鶏ミンチ 豆腐 卵 玉葱 人参 グリンピース 砂糖 醤油 片栗粉 油 大根 砂糖 醤油 キャベツ 油揚げ 青葱 昆布 味噌	カスタードサンド 食パン 牛乳 卵 砂糖 小麦粉 コーンスターチ 牛乳	9 (月)	ごはん ☆厚揚げの 和風あんかけ 柿 味噌汁	米 厚揚げ 鶏ミンチ 玉葱 人参 えのき 白菜 しめじ 砂糖 醤油 片栗粉 柿 ソーメン 人参 わかめ 昆布 味噌	☆鬼まんじゅう 薩摩芋 米粉 砂糖 水 牛乳		
17 (火)	納豆ごはん ☆鶏とじゃが芋の 塩蒸し 長芋のふわふわ汁	米 納豆 醤油 鶏こま じゃが芋 人参 玉葱 ブロッコリー ミントマト 塩 バター 人参 長芋 わかめ 卵 昆布 鰹節 薄口醤油	ねぎ焼き 小麦粉 青葱 卵 鰹節 醤油 水 油 牛乳	10 ・ 24 (火)	ごはん 野菜の胡麻煮 ・ めざし 味噌汁	米 豚肉 南瓜 大根 人参 グリンピース 砂糖 醤油 すり胡麻 めざし 白菜 さつま揚げ 小松菜 昆布 味噌	マーブルケーキ 小麦粉 卵 砂糖 ココア 油 ベーキングパウダー 牛乳		
4 ・ 18 (水)	わかめうどん ・ けんちん煮	うどん わかめ 砂糖 醤油 かまぼこ 青葱 卵 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油 焼き豆腐 人参 ごぼう 豚肉 里芋 大根 油 砂糖 醤油	ひじき入りおにぎり 米 ひじき 人参 砂糖 醤油 牛乳	11 25 (水)	(11日)ごはん (25日)三色ごはん ・ 手羽元のさっぱり煮 ジャーマンポテト 味噌汁	米 夕焼けご飯・菜飯・おかかごはん 手羽元 砂糖 醤油 酢 じゃが芋 玉葱 人参 油 コンソメ 豆腐 しめじ 青葱 昆布 味噌	(11日)マヨネーズラスク 食パン マヨネーズ (25日)メロンパン 牛乳		
5 ・ 19 (木)	ごはん 松風焼き ・ おかか和え 味噌汁	米 豚ミンチ 鶏ミンチ 玉葱 青葱 卵 パン粉 砂糖 味噌 胡麻 小松菜 きゃべつ もやし 人参 しめじ コーン 砂糖 醤油 鰹節 大根 油揚げ 青葱 昆布 味噌	蒸し芋 薩摩芋 牛乳	12 ・ 26 (木)	ごはん 焼魚 ・ 五目豆 味噌汁	米 鯖 塩 水煮大豆 竹輪 ごぼう こんにゃく 人参 昆布 砂糖 醤油 油 麩 玉葱 わかめ 昆布 味噌	りんごゼリー りんご果汁 砂糖 寒天 ゼラチン りんご 牛乳		
6 ・ 20 (金)	ごはん 鮭のチャンチャン焼き ・ りんご 味噌汁	米 鮭 きゃべつ 人参 玉葱 もやし しめじ まいたけ バター 味噌 みりん レモン果汁 砂糖 りんご じゃが芋 玉葱 青葱 昆布 味噌	黒糖蒸しパン 小麦粉 卵 牛乳 黒砂糖 白胡麻 油 ベーキングパウダー 牛乳	13 ・ 27 (金)	ハヤシライス ・ 野菜サラダ 味噌汁	米 豚肉 牛肉 じゃが芋 人参 玉葱 コンソメ 小麦粉 油 ハヤシルウ かぶ きゃべつ 胡瓜 人参 砂糖 醤油 酢 胡麻油	バナナ ビスケット 牛乳		
7 ・ 21 (土)	ちゃんぽんうどん ・ 南瓜煮	うどん 人参 豚肉 きゃべつ もやし たら 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油 胡麻油 南瓜 砂糖 醤油	ぶどうパン 牛乳	14 ・ 28 (土)	肉うどん ・ 野菜の煮物 味噌汁	うどん 豚肉 砂糖 醤油 法蓮草 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油 薩摩芋 人参 玉葱 砂糖 醤油	スナックスティックパン 牛乳		
備 考	25日(水)お誕生日会 三色ごはん(夕焼けご飯・菜飯・おかかご飯) 夕焼けご飯 米 人参 酒 塩 薄口醤油 菜飯 米 小松菜 砂糖 醤油 おかかごはん 米 鰹節 薄口醤油			11日(水)幼児遠足 12日(木)乳児お弁当保育				   	

*天候や仕入れの都合により食材や献立の変更があります。
*☆マークは、新メニューです。

*保育園では、あひるぐみは、麦、ベーコン、ハム、揚げ物は、味が濃く噛みにくいので抜いています。
11月からこんにゃく、油揚げ、厚揚げが入ります。