## ♀♀♀11月こんだて ♀♀♀





						熱量 430kcal タンパク質 17.5g (あひる)	吉祥院こども園
	献 立	材料	おやつ		献立	材料	おやつ
	ごはん	<b> </b> *	ホットケーキ		ごはん	*	マーブルクッキー
	すき焼き風煮	鶏こま 焼き豆腐 麩 人参 白菜 玉葱 白葱 こんにゃく	小麦粉 卵 砂糖		鶏煮	鶏もも肉 砂糖 醤油	小麦粉 卵 砂糖
10		砂糖 醤油 油	牛乳 マーガリン	17			マーガリン ココア
	チーズ	チーズ	ベーキングパウダー		酢の物	キャベツ 胡瓜 人参 わかめ かまぼこ 酢 砂糖 醤油	
(月)	味噌汁	南瓜 玉葱 小松菜 昆布 鰹節 味噌	牛乳	(月)	味噌汁	豆腐 しめじ 小松菜 昆布 鰹節 味噌	牛乳
	ひじきごはん	米 ひじき 砂糖 醤油 人参 油揚げ	☆おさつ団子		ごはん	*	りんごとチーズのケーキ
11	手羽元のさっぱり煮	手羽元 砂糖 醤油 酢	薩摩芋 砂糖 きな粉	4	ぶりの照り焼き	ぶり みりん 醤油 酒	小麦粉 卵 砂糖
				•			マーガリン チーズ
25	白和え	白菜 人参 法蓮草 木綿豆腐 かまぼこ 砂糖 醤油		18	ひじきの炒め煮	ひじき 人参 薩摩芋 油揚げ 三温糖 醤油 油	ベーキングパウダー
(火)	  味噌汁	白胡麻  ソーメン 茄子 人参 昆布 鰹節 味噌	  牛乳	(火)	│ │味噌汁	  白菜 えのき わかめ 昆布 鰹節 味噌	  牛乳
	ハヤシライス	米 豚肉 じゃが芋 人参 玉葱 ハヤシルゥ 小麦粉 油	オレンジ蒸しパン	1		米	きな粉サンド
12			小麦粉卵油	5		^^  鶏こま じゃが芋 人参 玉葱 グリンピース 砂糖 醤油 油	食パン きな粉
'			砂糖牛乳人参	.	) And O (= 73		マーガリン 砂糖
26	  ブロッコリーのサラダ	  ブロッコリー 胡瓜 人参 コーン キャベツ マヨネーズ	マーガリン みかん缶		  豚汁	  豚肉 大根 人参 ごぼう 青葱 油揚げ 昆布 鰹節 味噌	, 73 72 P2 1/A
20			ベーキングパウダー	'	n2-71		
(水)			オレンジ果汁 牛乳	  (7k)			  牛乳
	ごはん	*	ヨーグルト	(7)(7)		スパゲッティ 油 豚ミンチ 玉葱 人参 コーン 砂糖	鮭のおにぎり
	ミートローフ	^^  豚ミンチ 鶏ミンチ 玉葱 人参 パン粉 牛乳 卵 砂糖	7701	6	\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\	ケチャップ カレールー 水	米 鮭 白胡麻
'.		醤油	ルヴァン	`		777777777777	
27	かぶの胡麻和え	かぶ 胡瓜 人参 竹輪 胡麻 砂糖 醤油	,,,,,,	20	大根サラダ	大根 胡瓜 人参 砂糖 醤油 酢 胡麻油	
( <del>+</del> )	味噌汁	  数 法蓮草 なめこ 昆布 鰹節 味噌	牛乳	    -	コンソメス一プ	キャベツ 玉葱 コンソメ	牛乳
	ごはん		(14) ふわふわデニッシュ		ごはん	*	(7)焼き芋
		^^  鮭 キャベツ 人参 玉葱 もやし しめじ 舞茸 バター	(14/3/1/3/1/) -9//	,		外 玉葱 法蓮草 チーズ 牛乳	(//mc+
'4	無いらやんらやんなる	味噌 みりん レモン 砂糖	(28) シュガーラスク	′	スペイン風オムレノ	別 玉窓 法連早 ノース 十孔	  (21)スイートポテト
28			食パン マーガリン	21		トライン トライン トライン トライン トライン トライン とうしゅ とり	薩摩芋 豆乳 卵
	みかん	  みかん	グラニュー糖	21		コンソメ 醤油	
	澄まし汁	豆腐 さつま揚げ わかめ 昆布 鰹節 薄口醤油	サンプーユー福  牛乳	  (全)		コンノバ   西畑  麩 もやし 人参 昆布   鰹節   味噌	19 福 1 牛乳
	豚丼	米 豚肉 玉葱 小松菜 人参 砂糖 醤油	黒糖ロールパン	(亚)	野菜うどん	<u>数 もやと 八多 比別 誤助 帆帽</u>  うどん 豚肉 白菜 玉葱 人参 青葱 胡麻油 昆布 鰹節	バターロールサンド
1	INJA 7T	八	一	8		砂糖 薄口醤油	バターロール
l :				`.		沙柏 持口酉川	苺ジャム
15	  味噌汁	  じゃが芋 玉葱 法蓮草 人参 昆布 鰹節 味噌		92		  じゃが芋 砂糖 醤油 鰹節	母ノヤム
'3	・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	100%于 至心		~~	しゃが一つのがが点	してが、子・砂糖・醤油・鮭魚	
(土)			牛乳	(土)			牛乳
	29(土)秋祭り 💠	★ ★ □ (:祭·) ▼			1		11(火)乳児お弁当保育
	27	ままつり 💆 🦝 👗	10 all 10				12(水)幼児遠足
備		h					26(水)お誕生日会
			COMMIC		400		
	· · · ·						
考							

\*天候や仕入れの都合により食材や献立の変更がある場合があります。 ☆マークは、新メニューになります。

\*保育園のあひるぐみは、麦、発芽玄米、ハム、ベーコン、ウインナー、揚げ物、小豆は味が濃く噛みにくいのて 11月から、こんにゃく、油揚げ、厚揚げを取り入れて行きます。