



2016年 11月予定献立表



緑の家保育園

曜日	日にち	10時	おひる	おやつ	ざいりょう
月	7	1才児 2才児	ごはん チンゲン菜のスープ	全クラス りんごとヨーグルトのケーキ	米 小麦粉 豚ひき 鶏ひき しらす 桜海老 豆腐 玉葱 人参 ピーマン 大豆もやし 胡瓜
	21	クラス	中華風ハンバーグ 大豆もやしの甘酢あえ	果物	チンゲン菜 干椎茸 りんご レーズン ヨーグルト
火	8	牛	きのこのミートスパゲッティ かぶと人参のカレーディップ	牛 大豆いりこ	スパゲッティ 豚もも 片口鯛 ベーコン 大豆 豆腐 玉葱 人参 蕪 白菜 ほうれん草 しめじ エリンギ
	22		白菜とベーコンのスープ		
水	9	乳	食パン かぼちゃの カレーチキン クリームスープ	乳 おほかおにぎり	食パン 米 鶏もも 大蒜 生姜 ほうれん草 人参 キャベツ 玉葱 南瓜 コーン チーズ 削り節 海苔
			ポパイサラダ		
木	10	100cc	ごはん 石狩汁 切り昆布と豚肉の炒め煮	100cc ほうれん草のチヂミ	米 小麦粉 豚もも 鮭 まぐろ缶 高野豆腐 豆腐 玉葱 人参 ブロッコリー 大根 牛蒡 白菜 ほうれん草
	24		ブロッコリーと人参のごま和え		
金	11		ひじきごはん きのご汁 白身魚の香味焼き	果物 芋けんぴ	米 白身魚 大豆 しらす 油揚げ 豆腐 玉葱 人参 小松菜 キャベツ 胡瓜 コーン えのき しめじ 椎茸
	25		和風サラダ		
土	12	子供会	ごはん ベジタブルスープ 鶏のBBQソース	果物 マカロニきな粉	米 マカロニ 鶏もも まぐろ缶 ベーコン 大蒜 生姜 コーン キャベツ 人参 玉葱 ほうれん草 じゃが芋
	26		ツナとコーンのサラダ		
月	14		きのごはん のっぺい汁 鯖のごまみそ煮	果物 ミートポテトパイ風	米 食パン 鯖 豚ひき 豆腐 油揚げ 大豆 里芋 じゃが芋 牛蒡 蓮根 大根 人参 玉葱 キャベツ
	28		ほうれん草の海苔あえ		
火	15		ごはん 果物 鮭のチャンチャン焼き	果物 かぼちゃのあべかわ風	米 鮭 豆腐 キャベツ 玉ねぎ もやし 人参 南瓜 ピーマン プルーン 小町麩 若芽 きな粉 黒砂糖
	29		豆腐とわかめのすまし汁		
水	2		食パン ミネストローネスープ かぼちゃグラタン	果物 わかめとしらすのおにぎり	食パン 鶏むね 鶏ひき ベーコン しらす かぼちゃ 玉葱 人参 胡瓜 キャベツ 白菜 蕪 カリフラワー
	16		フレンチサラダ		
木	17	誕生会	ポークストロガヌフ 果物 キャベツとりんごのサラダ	果物 誕生会ケーキ	米 小麦粉 豚もも ベーコン 大豆 玉葱 人参 胡瓜 キャベツ 蕪 クリームコーン缶 りんご 生クリーム
	18		かぶのコーンクリームスープ		
金	4	焼いも会	煮込みうどん 鯖の西京焼き	果物 カレーチーズラスク	干鰯 食パン 鯖 鶏むね 里芋 長葱 人参 ほうれん草 白菜 干椎茸 りんご 桃缶 みかん缶
	18		ヨーグルトあえ		
土	5		納豆ごはん とろろ昆布のみそ汁 肉じゃが	果物 ピザトースト	米 食パン 豚もも ベーコン 納豆 豆腐 じゃが芋 玉葱 人参 キャベツ 小松菜 コーン 長葱 パセリ
	19		野菜炒め 果物		

