



# 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 21	1才児 2才児 クラス	ごはん チンゲン菜のスープ 中華風ハンバーグ 大豆もやしの甘酢あえ	全クラス りんごとヨーグルトのケーキ 果物	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 チンゲン菜 干椎茸 りんご レーズン ヨーグルト
火	8 22	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 白菜とベーコンのスープ	牛 大豆いりこ 果物	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 椎茸 チーズ 胡麻
水	9	乳	食パン かぼちゃの カレーチキン クリームスープ ポパイサラダ	乳 おかかおにぎり 果物	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 胡麻
木	10 24	100cc	ごはん 石狩汁 切り昆布と豚肉の炒め煮 ブロッコリーと人参のごま和え	100cc ほうれん草のチヂミ 果物	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 じゃが芋 椎茸 昆布 胡麻
金	11 25		ひじきごはん きのこ汁 白身魚の香味焼き 和風サラダ	芋けんぴ 果物	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 なめこ 舞茸 里芋 さつま芋 ひじき 若芽 胡麻
土	12 26 子供会		ごはん ベジタブルスープ 鶏のBBQソース ツナとコーンのサラダ 果物	マカロニきな粉 果物	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 チーズ きな粉
月	14 28		きのこごはん のっぺい汁 鯖のごまみそ煮 ほうれん草の海苔あえ	ミートポテトパイ風 果物	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 ほうれん草 きのこ 海苔 胡麻
火	15 29		ごはん 果物 鮭のチャンチャン焼き 豆腐とわかめのすまし汁	かぼちゃのあべかわ風 ブルー	米 鮭 豆腐 キャベツ 玉ねぎ もやし 人参 南瓜 ピーマン ブルー 小町麩 若芽 きな粉 黒砂糖
水	2 16 30		食パン ミネストローネスープ かぼちゃグラタン フレンチサラダ	わかめとしらすのおにぎり 果物	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 パセリ レーズン チーズ 若芽 胡麻
木	17 誕生会		ポーくストロガヌフ 果物 キャベツとりんごのサラダ かぶのコーンクリームスープ	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
金	4 焼いも会 18		煮込みうどん 鯖の西京焼き ヨーグルトあえ	カレーチーズラスク 果物	干餛飩 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 ヨーグルト チーズ 胡麻
土	5 19		納豆ごはん とろろ昆布のみそ汁 肉じゃが 野菜炒め 果物	ピザトースト 果物	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 ピーマン とろろ昆布 青海苔 チーズ

