



2018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
木	1 15 29	1才児 2才児 クラス	ごはん 果物 ちゃんちゃん焼き 豆腐とわかめのすまし汁	フライドポテト(チーズ) ブルー いりこ煮	米 じゃが芋 生さけ しいりこ 豆腐 じゃが芋 玉葱 人参 キャベツ ピーマン もやし わかめ ブルー チーズ
金	2 焼き芋会		焼きうどん きのこスープ 果物	しらすとわかめのおにぎり ブロッコリーと人参の 肉みそかけ	干うどん 米 鶏ひき肉 しらす 豆腐 さつま芋 玉葱 人参 長葱 ピーマン ブロッコリー ほうれん草 キャベツ しめじ えのき なめこ わかめ ごま
金	16 30		ごはん なめこ豆腐のみそ汁 竜田揚げ(16日→レバー 30日→鶏) 和風サラダ	かぼちゃとさつま芋の はちみつ焼き 果物	米 レバー 鶏むね肉 豆腐 しらす さつま芋 かぼちゃ 長葱 人参 キャベツ きゅうり ほうれん草 なめこ わかめ はちみつ レーズン ごま バター
土	17	牛	ごはん キャベツとわかめのみそ汁 かじきのトマト照り焼き かぼちゃの甘煮	かりんとう風 果物	米 食パン めかじき 油揚げ かぼちゃ 人参 玉葱 キャベツ ほうれん草 黒砂糖 バター
月	5 19		ごはん みそけんちん汁 ぶりの照り焼き 酢の物	じゃがバター 果物	米 ぶり 鶏むね肉 油揚げ しらす 豆腐 じゃが芋 長葱 大根 人参 ごぼう キャベツ 小松菜 きゅうり 干椎茸 わかめ バター
火	6 20		トマトクリームスパゲッティ 青菜とツナのサラダ 白菜スープ	かやくおにぎり 果物	スパゲッティ 米 小麦粉 鶏むね肉 ベーコン 人参 長葱 玉葱 ごぼう キャベツ ほうれん草 ピーマン 小松菜 えのき マッシュルーム オリーブ油 チーズ 牛乳
水	7 21		こぎつねごはん きのこ入りのし鶏 大根サラダ かぼちゃのみそ汁	グラタンパン 果物	米 食パン 鶏ひき肉 ツナ缶 油揚げ 玉葱 長葱 人参 かぼちゃ 大根 小松菜 椎茸 マッシュルーム コーン缶 えのき チーズ 牛乳 バター
木	8		青菜ごはん いも煮椀 さばのみそ煮 白菜のごま酢あえ	アップルパン ブルー 果物	米 小麦粉 全粒粉 牛もも肉 さば 豆腐 しらす 人参 長葱 里芋 大根 ごぼう きゅうり 小松菜 白菜 干椎茸 焼きのり バター
木	22		青菜ごはん いも煮椀 さばのみそ煮 白菜のごま酢あえ	ホットケーキ ブルー 果物	米 小麦粉 全粒粉 牛もも肉 さば 豆腐 しらす 人参 長葱 里芋 大根 ごぼう きゅうり 小松菜 白菜 干椎茸 焼きのり プルーン はちみつ 牛乳 バター
金	9	乳	ごはん 春雨スープ ポークジンジャー 中華風サラダ	スイートポテト 果物	米 豚もも肉 鶏むね肉 ハム さつま芋 玉葱 人参 長葱 キャベツ 小松菜 もやし チンゲン菜 ゆで筍 レーズン 春雨 牛乳 バター 生クリーム
土	10 24	100cc	カレーうどん 果物 じゃが芋のそぼろ煮 ブロッコリーの甘みそ添え	チーズボール 果物	干うどん 米 豚もも肉 鶏ひき肉 油揚げ じゃが芋 玉葱 人参 小松菜 ブロッコリー コーン缶 青のり チーズ
月	12 26		食パン ベジタブルスープ かじきのピザ風焼き 粉ふき芋	鶏そぼろおにぎり 果物	食パン 米 めかじき 鶏ひき肉 ベーコン じゃが芋 人参 玉葱 白菜 ピーマン ほうれん草 パセリ コーン缶 マッシュルーム 干椎茸 トマトピューレ 焼きのり チーズ
火	13 27		きのこうどん さわらのごましょうゆ焼き ヨーグルトあえ	あん団子風 大根と人参の紅白漬け	干うどん 米・もち米 さわら 豚もも肉 油揚げ 人参 長葱 大根 ほうれん草 えのき しめじ まいたけ もも缶 みかん缶 小豆 はちみつ ごま ヨーグルト
水	14 誕生会		ポークストロガノフ フレンチサラダ かぶのスープ 果物	誕生会ケーキ 果物	米 小麦粉 豚もも肉 ベーコン 玉葱 人参 かぶ きゅうり キャベツ しめじ トマトピューレ 重曹 パーキングパウダー 生クリーム バター 牛乳
水	28		ポークストロガノフ フレンチサラダ かぶのスープ	ココアキラキラケーキ 果物	米 小麦粉 豚もも肉 ベーコン さつま芋 人参 玉葱 かぶ キャベツ きゅうり しめじ みかん缶 トマトピューレ ココア 生クリーム バター 牛乳

