

11月こんだて



(ひよこ)

吉祥院こども園

熱量 560kcal タンパク質 17.2g

	献立	材 料	お や つ		献立	材 料	お や つ
11 ・ 25	ごはん 鶏の照り煮 野菜と豆腐の煮物	米 鶏もも肉 酒 砂糖 醤油 みりん 小松菜 白菜 人参 玉葱 豆腐 砂糖 醤油	ホットケーキ 小麦粉 砂糖 牛乳 白胡麻 ベーキングパウダー	18	ごはん 豆腐の和風あんかけ 薩摩芋煮	米 豆腐 鶏ミンチ 玉葱 人参 法蓮草 砂糖 醤油 片栗粉 油 薩摩芋 砂糖 醤油	きな粉蒸しパン 小麦粉 きな粉 牛乳 砂糖 ベーキングパウダー
(月)	味噌汁	麩 玉葱 青葱 昆布 味噌	牛乳	(月)	味噌汁	大根 青梗菜 人参 昆布 味噌	牛乳
12 ・ 26	ごはん クリームシチュー 根野菜サラダ	米 豚肉 じゃが芋 人参 玉葱 コンソメ 豆乳 片栗粉 油 ごぼう 人参 蓮根 砂糖 醤油 キャベツ 胡瓜 マヨネーズ	トースト	5 ・ 19	ごはん ハンバーグ 野菜サラダ	米 豚ミンチ 鶏ミンチ 玉葱 卵 パン粉 牛乳 砂糖 ケチャップ ウスターソース 水 片栗粉 かぶ キャベツ 胡瓜 人参 砂糖 酢 醤油 胡麻油	りんごゼリー りんご果汁 砂糖 ゼラチン 寒天 水
(火)	味噌汁	麩 玉葱 わかめ 昆布 味噌	牛乳	(火)	味噌汁	麩 玉葱 わかめ 昆布 味噌	牛乳
13 ・ 27	ごはん グラタン ブロッコリー	米 鶏こま 玉葱 人参 マカロニ コーン 小麦粉 牛乳 マーガリン 粉チーズ ブロッコリー	蒸し芋 薩摩芋	6 ・ 20	ささみうどん 野菜の煮物	うどん ささみ 砂糖 醤油 法蓮草 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油 豚肉 大根 人参 玉葱 グリンピース 砂糖 醤油 油	ひじき入りおにぎり 米 ひじき 砂糖 醤油 人参
(水)	味噌汁	豆腐 青葱 昆布 味噌	牛乳	(水)	味噌汁	豆腐 青葱 昆布 味噌	牛乳
14 ・ 28	ごはん 鯛の味噌煮 大根の金平風	米 鯛 酒 味噌 砂糖 醤油 大根 人参 南瓜 黒胡麻 砂糖 醤油 油	シュガーサンド 食パン 砂糖 マーガリン	7 ・ 21	ごはん 鮭のチャンチャン焼き 豚汁	米 鮭 キャベツ 人参 玉葱 もやし マーガリン 白味噌 みりん レモン果汁 砂糖 豚肉 大根 人参 青葱 昆布 味噌	(7日)玄米パン (21日)チーズトースト 食パン 粉チーズ マーガリン 牛乳
(木)	澄まし汁	ソーメン 青葱 昆布 鰹節 薄口醤油	牛乳	(木)	味噌汁	ソーメン 玉葱 小松菜 昆布 味噌	牛乳
1 ・ 15 ・ 29	炊き込みご飯 豚じゃが 味噌汁	米 鶏こま 人参 ごぼう 酒 みりん 醤油 昆布 豚肉 じゃが芋 人参 玉葱 グリンピース 砂糖 醤油 油 キャベツ わかめ 昆布 味噌	バナナケーキ 小麦粉 砂糖 卵 油 バナナ レモン ベーキングパウダー	8 ・ 22	ごはん 筑前煮 みかん	米 鶏こま じゃが芋 人参 ごぼう グリンピース 砂糖 醤油 油 みかん	(8日)焼き芋 (22日)芋ようかん 薩摩芋 砂糖 寒天 水
(金)	味噌汁	ソーメン 玉葱 小松菜 昆布 味噌	牛乳	(金)	味噌汁	ソーメン 玉葱 小松菜 昆布 味噌	牛乳
2 ・ 16 ・ 30	野菜うどん じゃが芋のおかか煮	うどん 豚肉 人参 玉ねぎ 青葱 白菜 もやし 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油 じゃが芋 砂糖 醤油 鰹節	ぶどうパン	9	玉子うどん 野菜の煮物	うどん 法蓮草 卵 人参 油 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油 薩摩芋 人参 玉葱 砂糖 醤油	バターロールパン 牛乳
(土)	味噌汁	ソーメン 玉葱 小松菜 昆布 味噌	牛乳	(土)	味噌汁	ソーメン 玉葱 小松菜 昆布 味噌	牛乳
備 考	13日(水)保育参加・27日(水)お誕生日会 *ごはん *グラタン *ブロッコリー *味噌汁	鶏こま 玉葱 人参 マカロニ コーン 小麦粉 牛乳 マーガリン 粉チーズ ブロッコリー 豆腐 青葱 昆布 味噌	(おやつ) *蒸し芋 薩摩芋 *牛乳				6日(水) 幼児遠足 7日(木) 乳児お弁当保育 13日(水) らいおん組遠足



* 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。

* 保育園では、ひよこぐみは、麦、玄米、きのこ類、練り物(竹輪、かまぼこ、さつま揚げ)、ベーコン、ハム、こんにゃく、油揚げ、揚げ物、カレーは、味が濃く噛みにくいので抜いています。