



11月こんだて



熱量 525 kcal タンパク質 20.0 g

(うさぎ・幼児)

吉祥院こども園

	献立	材 料	お や つ		献立	材 料	お や つ
1 ・ 15 ・ 29 (月)	ごはん ・ ☆鶏の唐揚げ甘辛煮 ナムル 味噌汁	米 鶏もも肉 酒 醤油 片栗粉 卵 米粉 油 砂糖 みりん 酒 醤油 白胡麻 白菜 法蓮草 小松菜 人参 胡瓜 砂糖 醤油 酢 胡麻油 白胡麻 豆腐 わかめ なめこ 昆布 味噌	(1・29日)ココアトースト 食パン ココア グラニュー糖 マーガリン (15日)五穀パン 牛乳	8 ・ 22 (月)	衣笠うどん 薩摩芋の金平	うどん 鶏こま肉 油揚げ 人参 青葱 砂糖 醤油 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油 薩摩芋 ごぼう 人参 玉葱 こんにゃく 砂糖 醤油 胡麻油 白胡麻 油	わかめおにぎり 米 わかめ 砂糖 醤油 白胡麻 牛乳
2 ・ 16 ・ 30 (火)	ハヤシライス ・ 野菜サラダ	米 豚肉 牛肉 じゃが芋 人参 玉葱 ハヤシルウ 小麦粉 コンソメ 油 きゃべつ 胡瓜 人参 ベーコン 砂糖 醤油 酢 胡麻油	(2・30日)バナナ (16日)ヨーグルト 胡麻スティック 牛乳	9 (火)	発芽玄米ごはん 豚じゃが めざし 味噌汁	米 発芽玄米 豚ミンチ じゃが芋 人参 玉葱 グリンピース 砂糖 醤油 油 めざし 豆腐 小松菜 油揚げ 昆布 味噌	ポールドーナツ 小麦粉 牛乳 卵 砂糖 油 ベーキングパウダー 牛乳
17 (水)	ごはん ・ 鮭のちゃんちゃん焼き 柿 味噌汁	米 鮭 きゃべつ 人参 玉葱 もやし しめじ 舞茸 青葱 バター 味噌 みりん レモン果汁 砂糖 柿 大根 小松菜 さつま揚げ 昆布 味噌	焼き芋 薩摩芋 牛乳	10 ・ 24 (水)	ごはん ハンバーグ ・ パンプキンサラダ コンソメスープ	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 南瓜 胡瓜 人参 玉葱 ハム 油 マヨネーズ きゃべつ 人参 コーン コンソメ 昆布	カスタードサンド 食パン 牛乳 卵 砂糖 小麦粉 コーンスターチ 牛乳
4 ・ 18 (木)	ごはん グラタン ・ ブロッコリー 味噌汁	米 鶏こま肉 玉葱 人参 マカロニ しめじ コーン 舞茸 マッシュルーム 小麦粉 牛乳 粉チーズ マーガリン コンソメ ブロッコリー 醤油 白菜 人参 わかめ 昆布 味噌	りんごゼリー りんご果汁 寒天 ゼラチン 砂糖 りんご 牛乳	11 ・ 25 (木)	☆みそすき丼 五目豆 味噌汁	米 豚肉 玉葱 人参 白菜 白葱 小松菜 焼き豆腐 砂糖 醤油 酒 みりん 味噌 水煮大豆 ちくわ ごぼう 人参 こんにゃく 昆布 砂糖 醤油 油 麩 玉葱 油揚げ 昆布 味噌	スイートポテト 薩摩芋 豆乳 卵 砂糖 牛乳
5 ・ 19 (金)	ごはん 麻婆豆腐 ・ 胡瓜の酢漬け 味噌汁	米 豚ミンチ 豆腐 人参 玉葱 青葱 味噌 砂糖 醤油 胡麻油 片栗粉 油 胡瓜 砂糖 醤油 酢 じゃが芋 玉葱 青葱 昆布 味噌	マーブルケーキ 小麦粉 ココア 卵 砂糖 マーガリン ベーキングパウダー 牛乳	12 ・ 26 (金)	ごはん 煮魚 ・ きゃべつの煮びたし 澄まし汁	米 鯖 砂糖 醤油 みりん 酒 きゃべつ 人参 玉葱 こんにゃく さつま揚げ 砂糖 醤油 ソーマン 法蓮草 人参 昆布 鰹節 薄口醤油	ジャム蒸しパン 小麦粉 牛乳 ブルーベリージャム 卵 砂糖 ベーキングパウダー 牛乳
6 ・ 20 (土)	焼きそば ・ 味噌汁	中華麺 豚肉 油 きゃべつ 人参 もやし 青のり 花鰹 ソース 大根 わかめ 油揚げ 昆布 味噌	ぶどうパン 牛乳	13 ・ 27 (土)	カレーうどん ・ ジャーマンポテト	うどん 豚肉 玉葱 人参 青葱 カレールウ 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油 片栗粉 じゃが芋 玉葱 人参 コンソメ 油	スナックスナックパン 牛乳
備 考	  						6日(土)らいおん保育参加 10日(水)乳:お弁当保育 11日(木)幼:遠足 24日(水)お誕生日会

*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。
*☆マークは、新メニューです。