



11月 こんだて



熱量 445kcal タンパク質 17.6g (ひよこ)

吉祥院こども園

	献立	材 料	お や つ		献立	材 料	お や つ
14 ・ 28 (月)	ごはん 手羽元の マーマレード煮 ツナ和え 味噌汁	米 手羽元 マーマレード 醤油 白菜 シーチキン缶 人参 ピーマン コーン 玉葱 醤油 酢 砂糖 長芋 玉葱 わかめ 昆布 鰹節 味噌	五平餅 米 砂糖 味噌 みりん 片栗粉 すり胡麻 牛乳	7 ・ 21 (月)	ふりかけごはん 薩摩芋のそぼろ煮 みかん 味噌汁	米 ミニフィッシュ 豚ミンチ 薩摩芋 玉葱 人参 グリンピース 砂糖 醤油 油 みかん 豆腐 青葱 昆布 鰹節 味噌	ちんすこう 小麦粉 黒砂糖 油 牛乳
1 ・ 15 ・ 29 (火)	ごはん 麻婆大根 ゆで卵 澄まし汁	米 豚ミンチ 大根 玉葱 人参 青葱 醤油 味噌 砂糖 片栗粉 胡麻油 卵 ソーメン 人参 小松菜 昆布 鰹節 薄口醤油	(1・29)大学芋 薩摩芋 砂糖 醤油 酢 水 黒胡麻 (15)薩摩芋のおやき 薩摩芋 砂糖 片栗粉 牛乳	8 ・ 22 (火)	ごはん 煮魚 野菜の煮びたし のっぺい汁	鯛 砂糖 醤油 キャベツ 小松菜 人参 砂糖 醤油 鶏こま ごぼう 人参 里芋 昆布 鰹節 薄口醤油 片栗粉	フレンチトースト 食パン 卵 牛乳 砂糖 マーガリン 牛乳
2 ・ 16 ・ 30 (水)	ごはん クリームシチュー 野菜サラダ	米 豚肉 じゃが芋 人参 玉葱 牛乳 コンソメ 小麦粉 油 キャベツ かぶ 胡瓜 人参 マヨネーズ	きな粉蒸しパン 小麦粉 牛乳 ベーキングパウダー 砂糖 きな粉 牛乳	9 (水)	ささみうどん 里芋の胡麻マヨネーズ 和え	うどん ささみ 砂糖 醤油 法蓮草 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油 里芋 人参 胡瓜 玉葱 キャベツ マヨネーズ すり胡麻	じゃこのおにぎり 米 ちりめんじゃこ 醤油 牛乳
17 (木)	ごはん 炒り豆腐 ふかし芋 味噌汁	米 鶏ミンチ 豆腐 卵 玉葱 グリンピース 砂糖 醤油 片栗粉 油 薩摩芋 大根 青葱 昆布 鰹節 味噌	シュガートースト 食パン マーガリン グラニュー糖 ごぼうスティック 牛乳	10 (木)	ごはん ☆ひじき入り豆腐 ハンバーグ 大根サラダ 味噌汁	豆腐 豚ミンチ 鶏ミンチ 玉葱 卵 ひじき 小麦粉 パン粉 砂糖 みりん 醤油 油 大根 胡瓜 人参 砂糖 醤油 酢 胡麻油 麩 法蓮草 もやし 昆布 鰹節 味噌	焼きポテト じゃが芋 塩 油 油1 牛乳
4 ・ 18 (金)	ごはん 鱈のちゃんちゃん焼き りんご 味噌汁	米 鱈 キャベツ 人参 玉葱 もやし バター 味噌 みりん レモン果汁 砂糖 りんご じゃが芋 玉葱 青葱 昆布 鰹節 味噌	ジャムサンド 食パン 苺ジャム 牛乳	11 ・ 25 (金)	ごはん ローストチキン カラフルソテー 味噌汁	米 鶏もも肉 玉葱 みりん 醤油 酒 ブロッコリー 人参 玉葱 黄パプリカ コンソメ 油 薄口醤油 キャベツ 青葱 昆布 鰹節 味噌	おから入り パウンドケーキ 小麦粉 マーガリン おから レーズン ベーキングパウダー 牛乳
5 ・ 19 (土)	肉うどん ごぼうサラダ 味噌汁	うどん 豚肉 砂糖 醤油 法蓮草 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油 ごぼう 人参 キャベツ 蓮根 胡瓜 マヨネーズ	ぶどうパン 牛乳	12 ・ 26 (土)	みそずき丼 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 じゃが芋 玉葱 大根 人参 わかめ 昆布 鰹節 味噌	スナックスティックパン 牛乳
備 考	24日(木)お誕生日会 *ケチャップライス ☆ひじき入り豆腐 ハンバーグ *大根サラダ *味噌汁	米 玉葱 人参 ピーマン ケチャップ コンソメ グリンピース 豆腐 豚ミンチ 鶏ミンチ 玉葱 卵 ひじき 小麦粉 パン粉 砂糖 みりん 醤油 油 大根 胡瓜 人参 砂糖 醤油 酢 胡麻油 麩 法蓮草 もやし 昆布 鰹節 味噌	(おやつ) *黒糖ロールパン *牛乳	8日(火)幼児遠足 9日(水)乳児お弁当保育			

*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。

*保育園では、ひよこぐみは、麦、きのご類、練り物(竹輪、かまぼこ、さつま揚げ)、ウインナー
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。