

11 月こんだて



熱量 425 kcal タンパク質 17.4 g

(ひよこ)

吉祥院こども園

	献立	材 料	お や つ		献立	材 料	お や つ
13 ・ 27	ごはん 麻婆大根 中華胡瓜	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 胡瓜 砂糖 醤油 酢 胡麻油	きな粉サンド 食パン きな粉 砂糖 マーガリン	6 ・ 20	ごはん 薩摩芋の煮物 めざし	米 豚肉 薩摩芋 人参 玉葱 グリンピース 砂糖 醤油 油 	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
(月)	味噌汁	ソーメン 小松菜 昆布 鰹節 味噌	牛乳	(月)	味噌汁	キャベツ えのき 青葱 昆布 鰹節 味噌	牛乳
14 ・ 28	ささみうどん けんちん煮	うどん ささみ 砂糖 醤油 法蓮草 人参 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油 焼き豆腐 人参 ごぼう 豚肉 里芋 大根 油 砂糖 醤油	おかかおにぎり 米 醤油 鰹節	7 ・ 21	ごはん お好み焼き風玉子焼き 根野菜の煮物	米 卵 キャベツ お好みソース 鰹節 大根 人参 ごぼう 蓮根 砂糖 醤油	黒糖ロールパン
(火)			牛乳	(火)	味噌汁	豆腐 法蓮草 昆布 鰹節 味噌	牛乳
1 ・ 15 ・ 29	(1・29日)ふりかけごはん (15日)ごはん パーベキューチキン 野菜のソテー	米 ミニフィッシュ 米 鶏もも肉 ケチャップ ウスターソース 砂糖 ブロッコリー 人参 玉葱 赤パプリカ 黄パプリカ コンソメ 薄口醤油 油	(1・15日)りんごゼリー りんご果汁 寒天 ゼラチン 砂糖 (29日)ジャム蒸しパン 牛乳	8 ・ 22	ごはん ☆鶏つくね パンプキンサラダ	米 鶏ミンチ 青葱 卵 パン粉 塩 醤油 砂糖 みりん 南瓜 胡瓜 人参 玉葱 砂糖 醤油 酢 胡麻油	マヨネーズラスク 食パン マヨネーズ
(水)	味噌汁	白菜 わかめ 昆布 鰹節 味噌	牛乳	(水)	味噌汁	もやし 人参 昆布 鰹節 味噌	牛乳
2 ・ 16 ・ 30	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 小麦粉 コンソメ 油 キャベツ 人参 胡瓜 コーン ツナ すり胡麻 マヨネーズ	(2・30日)シュガーラスク 食パン マーガリン グラニュー糖 ごぼうスティック (16日)ふわふわデニッシュ 牛乳	9 ・ (木)	ごはん ミートボール バナナ 味噌汁	米 豚ミンチ 豆腐 醤油 酒 片栗粉 じゃが芋 人参 玉葱 黄パプリカ 赤パプリカ 砂糖 醤油 ケチャップ 酢 片栗粉 パイン缶 バナナ 麩 玉葱 青葱 昆布 鰹節 味噌 	塩おにぎり 米 塩 牛乳
17 ・ (金)	ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き みかん 味噌汁	米 鮭 きゃべつ 人参 玉葱 もやし バター 味噌 みりん レモン果汁 砂糖 みかん 麩 人参 昆布 鰹節 味噌	大学芋 薩摩芋 砂糖 醤油 酢 水 黒胡麻 牛乳	10 ・ 24 (金)	ごはん ☆赤魚のもみじ焼き 白和え 澄まし汁	米 赤魚 人参 マヨネーズ 酒 白菜 人参 法蓮草 木綿豆腐 砂糖 醤油 白胡麻 大根 わかめ 昆布 鰹節 薄口醤油	スイートポテト 薩摩芋 豆乳 卵 砂糖 牛乳
4 ・ 18 (土)	衣笠うどん ジャーマンポテト	うどん 鶏こま 人参 青葱 砂糖 醤油 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油 じゃが芋 人参 玉葱 コンソメ 油	スナックスティックパン 牛乳	11 ・ 25 (土)	照り焼きチキン丼 味噌汁	米 鶏こま 人参 玉葱 赤パプリカ ビーマン 酒 みりん 砂糖 醤油 油 薩摩芋 人参 青葱 玉葱 昆布 鰹節 味噌	ぶどうパン 牛乳
備 考	 		29日(水)ジャム蒸しパン 小麦粉 牛乳 卵 砂糖 苺ジャム ベーキングパウダー		 		(7日)幼児遠足 (8日)乳児お弁当保育 (11日) らいおん保育参加 秋祭り (17日)ちゃんちゃん焼き (22日)誕生会

*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。

*保育園では、ひよこぐみは、麦、きのこと類、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で抜いています。