




11月こんだて

熱量 414 kcal タンパク質 17.2 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
11 ・ 25 (月)	ごはん ささみのレモン煮 法蓮草のソテー 味噌汁 米 ささみ 砂糖 醤油 レモン 法蓮草 キャベツ 人参 玉葱 コーン コンソメ 薄口醤油 油 もやし わかめ 昆布 鰹節 味噌	米粉と豆腐のブラウニー 米粉 片栗粉 ベーキングパウダー ココア 油 砂糖 豆腐 牛乳	18 (月)	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 油 薩摩芋 麩 人参 昆布 鰹節 味噌	ねぎ焼き 小麦粉 青葱 卵 鰹節 醤油 水 牛乳
12 ・ 26 (火)	ごはん 煮魚 根野菜の煮物 味噌汁 米 鯛 砂糖 醤油 大根 人参 ごぼう 蓮根 砂糖 醤油 ソーメン 小松菜 人参 昆布 鰹節 薄口醤油	ベークドポテト じゃが芋 チーズ マーガリン 牛乳	5 ・ 19 (火)	ごはん 手羽元のさっぱり煮 野菜のポトフ風煮 味噌汁 米 手羽元 砂糖 醤油 酢 大根 玉葱 人参 コンソメ 白菜 わかめ 昆布 鰹節 味噌	おかかおにぎり 米 鰹節 醤油 牛乳
13 ・ 27 (水)	ごはん 松風焼き ブロッコリーのマヨネーズ和え 味噌汁 米 (27日)ゆかり 豚ミンチ 鶏ミンチ 玉葱 青葱 卵 パン粉 砂糖 醤油 ごま ブロッコリー カリフラワー 人参 ツナ 胡瓜 マヨネーズ 麩 わかめ 昆布 鰹節 味噌	バナナ ビスケット 牛乳	6 ・ 20 (水)	ごはん 豚じゃが ゆで卵 味噌汁 米 豚肉 じゃが芋 人参 玉葱 グリンピース 砂糖 醤油 油 ゆで卵 豆腐 小松菜 昆布 鰹節 味噌	きな粉トースト 食パン きな粉 マーガリン 牛乳
14 ・ 28 (木)	ごはん スクランブルエッグ 白菜の海苔和え 味噌汁 米 卵 油 ケチャップ 白菜 人参 胡瓜 醤油 刻みのり 豆腐 玉葱 青葱 昆布 鰹節 味噌	塩おにぎり 米 塩 牛乳	7 ・ 21 (木)	ミートうどん ひじきサラダ コンソメスープ うどん 油 人参 玉葱 豚ミンチ 醤油 ケチャップ トマト缶 コンソメ 粉チーズ キャベツ 胡瓜 人参 ひじき 砂糖 醤油 マヨネーズ じゃが芋 コーン 人参 コンソメ 昆布	バターロールパン 牛乳
1 ・ 15 ・ 29 (金)	ごはん クリームシチュー 大根サラダ 味噌汁 米 豚肉 じゃが芋 人参 玉葱 小麦粉 コンソメ 牛乳 大根 胡瓜 人参 コーン 砂糖 醤油 酢 胡麻油 豆腐 玉葱 青葱 昆布 鰹節 味噌	シュガーサンド 食パン マーガリン グラニュー糖 牛乳	8 ・ 22 (金)	ごはん 鮭のちゃんちゃん焼 みかん 味噌汁 米 鮭 キャベツ 人参 玉葱 もやし バター 味噌 みりん 砂糖 レモン果汁 みかん 大根 わかめ 昆布 鰹節 味噌	蒸し芋 薩摩芋 牛乳
16 ・ 30 (土)	衣笠うどん 薩摩芋煮 うどん 鶏肉 人参 青葱 砂糖 醤油 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油 薩摩芋 砂糖 醤油	スナックスティックパン 牛乳	9 (土)	野菜うどん ポテトサラダ うどん 豚肉 玉葱 人参 青葱 砂糖 醤油 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油 片栗粉 じゃが芋 人参 玉葱 胡瓜 マヨネーズ	黒糖ロールパン 牛乳
備 考	2日(土) *味噌うどん *煮物 (おやつ) *スナックスティックパン *牛乳 うどん 豚肉 油 キャベツ 人参 もやし 昆布 鰹節 味噌 薩摩芋 大根 人参 砂糖 醤油				

*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、発芽玄米、きのこ類、練り物(竹輪、かまぼこ、さつま揚げ)、ヨーグルト、ベーコン、ハム、こんにやく、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。