



11月 こんだてひょう



令和4年 南今泉保育園

曜日	日	朝の未満児おやつ	副 食	材 料	主食	3時 おやつ
月	14 28	牛乳 ビスコ	ポークカレー ひじきとチーズのサラダ みかん	豚肉・人参・玉ねぎ・じゃが芋・グリーンピース・油・カレールウ・りんご・にんにく ひじき・人参・きゅうり・プロセスチーズ・ごま・ごま油・酢・砂糖・しょうゆ みかん	ごはん	牛乳 プリン (プリンの素・牛乳)
火	1 15 29	牛乳 コーンフレーク	もみじ揚げ 白菜のツナ和え かぼちゃのみそ汁	大豆・ひじき・魚切り身・玉ねぎ・人参・むき枝豆・クリームコーン・卵・小麦粉・塩・油 白菜・ツナ缶・もやし・人参・砂糖・醤油 かぼちゃ・乾) わかめ・にら・みそ・煮干し	ごはん	お茶 カップヨーグルト クッキー
水	2 16 30	牛乳 バナナ	うま煮 ブロッコリーとコーンとえ物 切り干し大根のみそ汁	鶏肉・じゃがいも・人参・ごぼう・干し椎茸・こんにゃく・いんげん・油・砂糖・醤油 ブロッコリー・ホールコーン・人参・砂糖・しょうゆ・酢・ごま / みりん・だし汁 切り干し大根・人参・厚揚げ・ねぎ・みそ・煮干	ごはん	牛乳・ウインナーボール (ウインナー・小麦粉・卵 ・砂糖・豆乳・BP・油)
木	17	牛乳 チーズ	魚の西京焼き(トマト・レタス) 小松菜のごま和え 豆腐のすまし汁	白身魚・みそ・みりん・酒・砂糖・油 / トマト・レタス 小松菜・人参・しめじ茸・ごま・砂糖・しょうゆ 豆腐・乾) わかめ・かまぼこ・えのき茸・ねぎ・しょうゆ・塩・だし昆布	ごはん	牛乳 バナナ かりんとう
金	4(遠足) 18	飲むヨーグルト	けんちん汁 レバーの甘辛煮 白和え	鶏肉・白菜・ねぎ・生しいたけ・ごぼう・人参・里芋・しょうゆ・煮干し レバー・しょうが・にら・砂糖・しょうゆ・カレー粉・酒 ほうれん草・人参・豆腐・ごま・みそ・砂糖・みりん	ごはん	牛乳・アップルケーキ (小麦粉・BP・卵・砂糖 バター・りんご・砂糖)
土	5 19	牛乳 ビスケット	ちゃんぽん わかめときゅうりの酢の物 みかん缶	中華麺・豚肉・いか・卵・きゃべつ・人参・玉ねぎ・干し椎茸・もやし ねぎ・ごま油・しょうゆ・塩・こしょう・鶏がら 乾) わかめ・きゅうり・人参・ごま・砂糖・酢・しょうゆ / みかん缶		牛乳 バームクーヘン
月	7 21	牛乳 クラッカー	すきやき風煮 もやしのみそ汁 オレンジ	牛肉・白菜・生しいたけ・長ネギ・焼き豆腐・糸こんにゃく・人参・油・ 砂糖・しょうゆ・酒・みりん もやし・乾) わかめ・人参・ねぎ・みそ・煮干し / オレンジ	ごはん	牛乳・ツナカレトースト (食パン・ツナ・玉ねぎ・ マヨネーズ・カレー粉)
火	8 22	牛乳 せんべい	魚のきのこあんかけ きゅうりの昆布和え チンゲン菜のスープ	魚切り身・塩・小麦粉・玉ねぎ・えのき茸・しめじ・人参・いんげん・油・ きゅうり・塩昆布 / 砂糖・醤油・みりん・片栗粉・だし汁 チンゲン菜・ウインナー・人参・玉ねぎ・しょうゆ・煮干し・	ごはん	牛乳 チーズ 丸ボーロ
水	9	牛乳 バナナ	鶏肉のさっぱり煮(トマト・レタス) ポテトサラダ パンプキンスープ	鶏肉・砂糖・しょうゆ・酢・油 / トマト・レタス じゃがいも・卵・きゅうり・人参・マヨネーズ・塩 かぼちゃ・玉ねぎ・パセリ・スキムミルク・塩・鶏ガラ	パン	お茶・リゾット (米・玉ねぎ・人参・ パセリ・塩・生クリーム)
木	24	牛乳 チーズ	魚の塩焼き(ブロッコリー) 卵入り卵の花炒め 白菜のみそ汁 みかん	鮭 / ブロッコリー / 鶏ミンチ・おから・人参・玉ねぎ・干し椎茸・ にら・卵・油・砂糖・しょうゆ・ 白菜・人参・厚揚げ・乾) わかめ・ねぎ・みそ・煮干し / みかん	ごはん	牛乳・大学芋 (さつま芋・油・砂糖・ しょうゆ・ごま)
金	11 25	飲むヨーグルト	大根のみそ煮 ほうれん草の納豆和え かきたまスープ	豚肉・大根・こんにゃく・人参・いんげん・砂糖・みそ・酒 ほうれん草・人参・納豆・しょうゆ・もみ海苔 生しいたけ・玉ねぎ・ねぎ・卵・しょうゆ・煮干し	ごはん	牛乳 りんご せんべい
土	12 26	牛乳 卵ボーロ	木の葉丼 甘酢キャベツ	鶏肉・ちくわ・玉ねぎ・人参・干し椎茸・ねぎ・卵・もみ海苔・砂糖・ みりん・しょうゆ・だし汁 キャベツ・きゅうり・ごま・砂糖・酢	ごはん	牛乳 ドーナツ
誕生会 (木)	10	牛乳 せんべい	さつま芋ご飯・照り焼きチキン 春雨サラダ・すまし汁 みかん	米・さつま芋・塩・だし昆布・黒ごま / 鶏肉・砂糖・しょうゆ 春雨・ロースハム・きゅうり・人参・マヨネーズ しめじ・えのきだけ・卵・ねぎ・煮干し・しょうゆ / みかん		牛乳 りんごゼリー



行事等により、献立が変更になる場合があります。ご了承ください。

