



# 11月 こんだてひょう



令和4年 しんまちこども園

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・しょうゆ・砂糖 みかん	ごはん	牛乳 プリン (プリンの素・牛乳) おかき
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	大豆水煮・ひじき・魚の切り身・玉ねぎ・むぎ枝豆・クリームコーン・卵 白菜・ツナ缶・もやし・人参・砂糖・しょうゆ / 小麦粉・塩・油・しょうゆ 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 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・だし昆布	ごはん	牛乳 柿 かりんとう
木	17	牛乳 みかん缶	うま煮 ブロッコリーとコーンの和え物 切り干し大根のみそ汁	鶏肉・里芋・人参・ごぼう・干し椎茸・こんにゃく・いんげん・油・砂糖 ブロッコリー・ホールコーン・人参・砂糖・しょうゆ・酢・ごま / しょうゆ・みりん 切り干し大根・人参・厚揚げ・ねぎ・みそ・煮干し	ごはん	牛乳・ウインナーボール (ウインナー・小麦粉・B.P 卵・砂糖・豆乳・揚げ油)
金	4	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・生椎茸・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・B.P・卵・砂糖 バター・りんご・砂糖)
土	5 19	牛乳 せんべい	ちゃんぽん わかめときゅうりの酢の物 バナナ	中華麺・豚肉・いか・キャベツ・人参・玉ねぎ・干し椎茸・もやし・ねぎ 乾) わかめ・きゅうり・人参・ごま・砂糖・酢・しょうゆ バナナ / ごま油・しょうゆ・鶏がら		牛乳 クロワッサン
月	7 21	牛乳 クラッカー	すき焼き風煮 もやしのみそ汁 オレンジ	牛肉・白菜・生椎茸・長ねぎ・焼き豆腐・糸こんにゃく・人参・油・砂糖・しょうゆ もやし・乾) わかめ・人参・ねぎ・みそ・煮干し / 酒・みりん・ 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 あられ	魚のさのこあんかけ きゅうりの昆布和え チンゲン菜のスープ	白身魚・塩・小麦粉・玉ねぎ・えのき茸・しめじ・人参・いんげん・油・砂糖 きゅうり・塩昆布 / しょうゆ・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・鶏がら	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 じゃが芋・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・煮干し	ごはん	お茶・リゾット (米・ベーコン・玉ねぎ・にんじん パセリ・塩・鶏がら・生クリーム)
木	10 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	鮭の切身・塩 / 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 / みりん・だし汁	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 かきたま汁	豚肉・大根・こんにゃく・人参・いんげん・砂糖・みそ・酒・だし汁 ほうれん草・人参・納豆・しょうゆ・もみり 生椎茸・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・もみり・砂糖・みりん・しょうゆ・ キャベツ・きゅうり・ごま・砂糖・酢・塩・しょうゆ・レモン汁 / だし汁	ごはん	牛乳 バナナ ビスケット
誕生会	18	飲むヨーグルト	コーンライス (カレー風味)・ブロッコリー 鶏肉の唐揚げ・スパゲティ すまし汁・みかん	ホールコーン・ツナ缶・コンソメ / ブロッコリー 鶏肉・生姜・片栗粉・塩こしょう・油 / スパゲティ・コンソメ・トマトピューレ・オリーブ油 人参・乾燥わかめ・えのき・葱・醤油・煮干し / みかん		牛乳 チーズケーキ



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。

