

平成29年度

11月給食献立表

なかよし保育園

日曜	昼食	おやつ	赤 血や肉になる	黄 熱や力となる	緑 調子をととのえる
1 水	チキン南蛮ベツベツ野菜たっぷりスープ おしゃこ	ムーンライトクッキー 幼児ぶどう	鶏肉・ベーコン・しらす干し・鶏卵	マヨネーズ・じゃがいも・南瓜・精白米・ムーンライトクッキー	たまねぎ・レモン・キャベツ・にんじん・だいこん・ねぎ・幼児ぶどう
2 木	南瓜入りカレーライス ツナサラダ 柿ヨーグルト	フルーツサンドイッチ	牛肉・バーモンドカレー・シーチキン缶・プレーンヨーグルト・生ク	精白米・じゃがいも・南瓜・食パン	にんじん・たまねぎ・レタス・きゅうり・トマト・かき・桃缶・みかん缶
3 金	文化の日 				
4 土	コロッケ コーンサラダ ロールパン	おにぎりせんべい	コロッケ	ロールパン・おにぎりせんべい	冷凍コーン・レタス・きゅうり・トマト
6 月	ちゃんぽん はるまき チンゲン菜の和え物 ステックパン	バナナ パイ缶	豚肉・色板・春巻き・白湯	中華めん・スティックパン	キャベツ・たまねぎ・もやし・青ピーマン・ねぎ・にんじん・チンゲンサイ・バナナ・パイ缶
7 火	鱈の照り焼き 豆腐とわかめ ススキムミルク	プリン	さわら・木綿豆腐・脱脂粉乳	糸こんにゃく・精白米・いりごま・プリン	ごぼう・にんじん・乾わかめ・ねぎ
8 水	鮭の塩焼き 手作りがんもの炊き合わせ 具は飯とおしゃこ	柿のパイ包み	鮭・木綿豆腐・生揚げ・しらす干し・脱脂粉乳	精白米・板こんにゃく・南瓜・パイ生地	にんじん・干しいたけ・はくさい・だいこん・生しいたけ・ねぎ・きゅうり・柿
9 木	肉じゃがの天ぷら ほうれん草の和え物 おしゃこ	みかんヨーグルト	牛肉・かにかまぼこ・しらす干し・プレーンヨーグルト	じゃがいも・糸こんにゃく・精白米	にんじん・たまねぎ・グリーンピース・ほうれんそう・みかん缶
10 金	から揚げ レタス トマト マカロニスープ おしゃこ	カステラ 幼児野菜	鶏肉・しらす干し	精白米・マカロニ・カステラ	レタス・トマト・人参・たまねぎ・幼児野菜
11 土	カレーライス フライ盛り合わせ	オレオクッキー	牛肉・キスフライ・チキン南蛮・バーモンドカレー	精白米・じゃがいも・オレオクッキー	レタス・トマト・にんじん・たまねぎ
13 月	鱈のから揚げ 小松菜と厚揚げの煮びたし 豚汁 ススキムミルク 黒ゴマ	バナナ みかん缶	鱈・油揚げ・木綿豆腐・豚肉・脱脂粉乳	じゃがいも・板こんにゃく・精白米・いりごま	こまつな・だいこん・にんじん・ねぎ・バナナ・みかん缶
14 火	赤魚の煮つけ さつま芋の煮物 けんちん汁 ススキムミルク	じゃこトースト ココア	赤魚・豚肉・木綿豆腐・油揚げ・しらす干し	精白米・さつま芋・食パン	だいこん・にんじん・ねぎ・ごぼう・青のり
15 水	南瓜のクリームシチュー チキンナゲット レタス トマト ロールパン	ワッフル 幼児りんご	鶏肉・チキンナゲット・クリームシチューの素・普通牛乳	じゃがいも・南瓜・ロールパン・ワッフル(カスタード)	にんじん・たまねぎ・ブロッコリー・レタス・トマト・幼児りんご
16 木	筑前煮 煮しやもの天ぷら 手切りキャベツ おしゃこ	たこ焼き	大豆水煮・鶏肉・高野豆腐・竹輪・冷凍ししゃも・鶏卵・しらす干し	板こんにゃく・精白米	ごぼう・にんじん・だいこん・水煮れんこん・だしこんぶ・キャベツ

日曜	昼食	おやつ	赤 血や肉になる	黄 熱や力となる	緑 調子をととのえる
17 金	肉うどん かき揚げ スティックパン りんご ススキムミルク	黄金まかに	牛肉・色板・鶏卵・むきエビ・きな粉	細うどん・かぼちゃ・スティックパン・マカロニ	にんじん・ほうれんそう・ねぎ・たまねぎ・みつば・りんご・レーズン
18 土	チャーハン 南瓜のスープ	ちよいす	焼き豚・鶏卵	精白米・南瓜・チョイス	たまねぎ・にんじん・ねぎ
20 月	煮魚 ほうれん草の鶏肉巻 おしゃこ	みかん とんがりコーン	ぶり・鶏肉のごぼう巻き・豚肉・木綿豆腐・しらす干し	冷凍さといも・精白米	ごぼう・にんじん・だいこん・ねぎ・みかん
21 火	ミートスパゲッティ バリバリサラダ 豆腐とわかめ ススキムミルク	チーズパイ ホットカルピス	合挽き肉・木綿豆腐・脱脂粉乳・チーズパイ	スパゲティ・じゃが芋・スティックパン	レタス・トマト・きゅうり・たまねぎ・にんじん・トマトピューレ・乾わかめ・ねぎ
22 水	焼肉 野菜炒め わかめと卵のスープ おしゃこ	りんごホットケーキ	牛肉・鶏卵・しらす干し・豆乳・ごま	精白米・ホットケーキミックス	キャベツ・たまねぎ・にんじん・青ピーマン・乾わかめ・ねぎ・りんご
23 木	勤労感謝の日 				
24 金	マーボー豆腐 シュウマイ チンゲン菜の和え物 おしゃこ ススキムミルク	揚げパン	木綿豆腐・合挽き肉・麻婆豆腐の素・シュウマイ・しらす干し・脱脂	精白米・ロールパン	にら・ねぎ・にんじん・たまねぎ・チンゲンサイ
25 土	焼き豚ラーメン 焼きおにぎり	ハッピーターン	焼き豚・色板	中華めん・焼きおにぎり・ハッピーターン	にんじん・ねぎ・もやし
27 月	カレイのあんかけ そうめんサラダ 黒ごま	ウインナードック	カレイ・鶏卵・シーチキン缶・ハム・ポールウインナー	そうめん・マヨネーズ・精白米・いりごま・ホットケーキミックス	たまねぎ・にんじん・きゅうり
28 火	れんこんハンバーグ レタス トマト 南瓜 もやしとわかめのスープ おしゃこ ススキムミルク	スイスロール 乳酸菌飲料	合挽き肉・普通牛乳・しらす干し・脱脂粉乳・乳酸菌飲料	精白米・スイスロール	れんこん・たまねぎ・にんじん・レタス・トマト・もやし・乾わかめ
29 水	八宝菜 ハムカツ 手切りキャベツ おしゃこ	クリームパン みかん	豚肉・色板・うずら卵水煮・ハムカツ・しらす干し	精白米・クリームパン	はくさい・青ピーマン・にんじん・もやし・生しいたけ・たまねぎ・キャベツ・みかん
30 木	おでん かきたま汁 炊き込みご飯 おしゃこ	桃ヨーグルト	厚揚げ・竹輪・さつま揚げ・すじ肉・鶏卵・シーチキン缶詰・油揚	じゃがいも・板こんにゃく・精白米	だいこん・にんじん・乾わかめ・ねぎ・干しいたけ・もも缶

- ※ ちょうちょう組の献立は、月齢や進み具合によって献立をへんこうします。
- ※ 朝10時のおやつは、ちょうちょう組・ひよこ組には、牛乳と市販のおやつが、いす組・うさぎ組には、スキムミルクと市販のおやつが付きまます。
- ※ 白いご飯の献立の日には、おじゃこか黒ゴマがご飯の上につきます。
- ※ 2歳以上のクラスの火曜日・金曜日には、給食時にスキムミルクが付きまます。


