

# 11月 幼児食献立表

日曜日	昼食	食材	フルーツ	おやつ	日曜日	昼食	食材	フルーツ	おやつ
1 月	もずく拌ぶり 南瓜サラダ 豆腐のみそ汁	白米 押し麦 もずく 豚ミンチ 玉ねぎ 人参 小松菜 コーン 南瓜 卵 レーズン チーズ マヨネーズ 木綿豆腐 小松菜 しめじ みそ	りんご	さつまいもドーナツ 牛乳 卵 砂糖 バター 小麦粉 紅芋 ベーキングパウダー	17 水	三枚肉そば かりかり胡瓜 きんぴらごぼう	沖繩そば ねぎ かまぼこ 三枚肉 胡瓜 糸かつお ごぼう 人参 ベーコン には	みかん	わかめおにぎり カットコーン 白米 わかめ しらす
2 火	ご飯 サバの竜田揚げ 人参しりしり 大根のみそ汁	白米 サバ ブロッコリー 人参 玉ねぎ ウインナー 小松菜 卵 大根 油揚げ ねぎ みそ	オレンジ	ちんびん 牛乳 小麦粉 黒糖 砂糖 油 ベーキングパウダー	18 木	 お弁当会 & お誕生会			
4 木	ご飯 マーボーナス風 大根サラダ アーサ汁	白米 豚ミンチ ナス 玉ねぎ ビーマン 赤ビーマン 大根 胡瓜 ツナ缶 コーン アーサ えのき茸 ねぎ	ヨーグルト あえ	レーズンケーキ 牛乳 バター 砂糖 牛乳 卵 レーズン ホットケーキミックス	19 金	玄米ご飯 唐揚げチキン 麩チャンプルー なめこ汁	白米 玄米 鶏肉 トマト もやし 玉ねぎ 人参 ポーク缶 車麩 卵 なめこ 絹豆腐 ねぎ みそ	りんご	ジャムパン 牛乳 食パン バター いちごジャム
5 金	しょうゆラーメン かみかみあえ ポテトフライ	ラーメン 卵 ちくわ 小松菜 さきいか 人参 胡瓜 キャベツ フライドポテト	みかん	鮭おにぎり 牛乳 白米 鮭	20 土	生薑焼き丼 白菜の和え物 ワカメのみそ汁	白米 豚肉 玉ねぎ 人参 ビーマン 白菜 胡瓜 ツナ缶 ワカメ 玉ねぎ ねぎ みそ	バナナ	せんべい チーズ 牛乳
6 土	カレーピラフ 野菜サラダ オニオンスープ	白米 ウインナー ビーマン 人参 コーン 胡瓜 トマト ツナ缶 玉ねぎ 小松菜	バナナ	セサミビスケット チーズ 牛乳	22 月	ご飯 ポテトミート焼き わかめと胡瓜の酢の物 かき玉汁	白米 じゃが芋 玉ねぎ セロリ 合挽 チーズ マヨネーズ わかめ 胡瓜 しらす 卵 には	みかん	野菜マフィン 牛乳 砂糖 バター パナ 卵 牛乳 ほうれん ホットケーキミックス
8 月	ご飯 テンジャオロース風 ポテトサラダ ワカメスープ	白米 人参 もやし ビーマン オイスターソース じゃが芋 卵 胡瓜 チーズ マヨネーズ ワカメ 玉ねぎ ねぎ	オレンジ	くずもち 牛乳 手くず 黒糖 砂糖 きなこ	24 水	ご飯 鮭の西京焼き クープイリチー ゆし豆腐	白米 鮭 トマト 昆布 切干大根 豚肉 人参 こんにゃく には ゆし豆腐 ねぎ みそ	パイン	芋かりんどう 牛乳 さつまいも 砂糖
9 火	あわご飯 きびなごのから揚げ 冬瓜と人参のさつと煮 ソーメン汁	白米 あわ きびなご 小麦粉 トマト 冬瓜 人参 ちくわ ソーメン ねぎ	りんご	チヂミ ヤクルト 天ぷら粉 もやし 小松菜 チーズ 油	25 木	ご飯 レバーフライ もやし炒め ワカメのみそ汁	白米 レバー 卵 パン粉 ブロッコリー もやし 人参 ビーマン ウインナー ワカメ じゃが芋 ねぎ みそ	りんご	もちもちどら焼き 牛乳 ホットケーキミックス 白玉粉 小倉あん
10 水	ご飯 ハンバーグ しらたきサラダ コーンスープ	白米 豚ミンチ 玉ねぎ 人参 パン粉 卵 キャベツ しらたき ハム マヨネーズ 卵 クリームコーン 玉ねぎ	バナナ	ヨーグルトあえ ビスケット ヨーグルト パイン缶 みかん缶	26 金	五穀米ご飯 揚げ魚のソースあえ 切干大根の和え物 うどん汁	白米 五穀米 切身魚 片栗粉 揚げ油 ごま 切干大根 胡瓜 ツナ缶 塩昆布 うどん 油揚げ 長ネギ	オレンジ	ちんすこう 牛乳 小麦粉 ラード 砂糖
11 木	コーンご飯 鮭のオーロラソース焼き ひじき炒め ゆし豆腐	白米 コーン 白身魚 トマト マヨネーズ ひじき 人参 豚肉 油揚げ しらたき には ゆし豆腐 ねぎ	パイン	ピザトースト 牛乳 食パン ピザソース ツナ缶 トマト マヨネーズ チーズ	27 土	ジュシー 春雨サラダ 鶏汁	白米 ツナ缶 ひじき 人参 には 春雨 胡瓜 ちくわ 鶏肉 大根 人参 こんにゃく ねぎ	バナナ	ビスコ レーズン 牛乳
12 金	ふりかけ麦ご飯 鶏手羽の煮物 ほうれん草の白和え もずくのみそ汁	白米 ふりかけ 押し麦 鶏手羽 人参 ほうれん草 人参 ツナ缶 木綿豆腐 もずく えのき ねぎ みそ	みかん	チョコチップスコーン 牛乳 バター 牛乳 ホットケーキミックス チョコチップ	29 月	ミートスパゲティ ワカメの和え物 卵スープ	スパゲティ 合挽き肉 セロリ 玉ねぎ 人参 ビーマン キャベツ ワカメ カニ棒 コーン 卵 小松菜	みかん	みそおにぎり 小魚 白米 ツナ缶 みそ 砂糖
13 土	鮭ご飯 チキンナゲット 大根と胡瓜の和え物 豆腐のすまし汁	白米 鮭 チキンナゲット ブロッコリー 大根 胡瓜 ツナ缶 絹豆腐 アーサ	バナナ	コーンフレーク 牛乳 コーンフレーク レーズン	30 火	もずく炊き込みご飯 胡瓜とちくわの甘酢あえ ソーキ汁	白米 モスク 人参 ツナ缶 には 胡瓜 ちくわ 人参 ソーキ 冬瓜 島人参 昆布 小松菜	りんご	チーズサブレ 牛乳 バター 砂糖 卵 粉チーズ ホットケーキミックス
15 月	コロケカレー ブロッコリーサラダ ワカメスープ	《七五三祝いメニュー》 コロケ じゃが芋 玉ねぎ 人参 ベーコン グリンピース ブロッコリー 人参 ツナ缶 ワカメ 玉ねぎ ねぎ		フルーツ ゼリー	紅白蒸しパン 牛乳 ホットケーキミックス 牛乳 卵 砂糖 バター	 11月			
16 火	豆腐そぼろ丼 しゃぶしゃぶサラダ さつまいのみそ汁	白米 鶏ミンチ 玉ねぎ 木綿豆腐 しらたき ねぎ 豚肉 レタス 胡瓜 人参 さつまいも 玉ねぎ 小松菜 みそ	オレンジ	もずく天ぷら お茶 もずく 玉ねぎ 人参 ツナ缶 天ぷら粉					

※ 3日(水)は文化の日でお休みです。  
 ※ 23日(火)は勤労感謝の日でお休みです。  
 ※ 食材の都合により献立を変更することがあります。  
 ※ アレルギー食のメニューは除去または代替え食で対応いたします。