

11月幼児食献立表 みのり乳児保育園

	献立名	材料名	朝おやつ・午後おやつ
1 金	ごはん ねぎ塩鶏レバー ひじきとじゃが芋の炒り煮 豚汁 くだもの	米 鶏レバー・生姜・中華だし・塩・砂糖・ごま・葱 ひじき・じゃが芋・醤油・みりん・砂糖・油 豚ばら肉・大根・人参・ごぼう・里芋・白滝・油揚げ・葱・味噌・ごま油	野菜ハイハイ・牛乳 抹茶サブレ・牛乳 ホットケーキ粉・豆乳バター・砂糖・抹茶 豆乳
2 土	ハヤシライス コールスロー くだもの	米・牛ばら肉・玉葱・人参・じゃが芋・油・ハヤシルウ キャベツ・人参・コーン缶・マヨネーズ・オリーブ油・酢・砂糖	おやつ・牛乳 青りんごゼリー・牛乳
4 月	 (文化の日) 振替休日 		
5 火	ごはん 鶏肉と里芋の甘辛炒め ツナサラダ 大根の味噌汁 くだもの	米 鶏もも肉・里芋・生姜・醤油・酒・砂糖・みりん ツナ・キャベツ・人参・ブロッコリー・マヨネーズ・塩 大根・玉葱・えのき・わかめ・葱・味噌	干し芋・牛乳 おからココアボール・牛乳 おから・豆乳バター・砂糖・小麦粉・ココア 干しぶどう
6 水	肉味噌スパゲティ チンゲン菜のナムル 和風ポテト くだもの	スパゲティ・豚挽肉・玉葱・人参・もやし・油・砂糖・みりん 醤油・味噌・片栗粉 チンゲン菜・人参・胡瓜・醤油・砂糖・中華だし・ごま・ごま油 じゃが芋・青のり・ゆかり・ごま・塩	ハイハイ・牛乳 梅しそおにぎり・牛乳 米・梅干し・大葉・ごま
7 木	ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き きんぴらごぼう ねぎごまスープ くだもの	米 鮭・キャベツ・しめじ・豆乳バター・味噌・みりん・砂糖 ごぼう・人参・ごま油・砂糖・醤油・ごま 豚挽肉・春雨・白菜・玉葱・葱・生姜・中華だし・醤油・ごま	とろべー・牛乳 さつま芋のみたらし団子・牛乳 さつま芋・白玉粉・砂糖・醤油・みりん 片栗粉
8 金	ごはん のり塩唐揚げ もみのり和え えのきの味噌汁 くだもの	米 鶏もも肉・酒・にんにく・塩・中華だし・青のり・ごま油・片栗粉・油 キャベツ・小松菜・人参・もみのり・醤油 玉葱・豆腐・白菜・えのき・葱・味噌	バナナきな粉・牛乳 バナナ・きな粉・砂糖・塩
9 土	マーボー丼 中華スープ くだもの	米・豆腐・豚挽肉・玉葱・人参・葱・ごま油・味噌・砂糖・醤油 生姜・中華だし・片栗粉 人参・玉葱・えのき・もやし・葱・中華だし・醤油	おやつ・牛乳 いちごロール・牛乳
11 月	ごはん 牛肉の大和煮 切干ナポリタン 南瓜の味噌汁 くだもの	米 牛ばら肉・玉葱・人参・生姜・砂糖・醤油・酒 切干大根・ベーコン・ピーマン・オリーブ油・ケチャップ・ソース・醤油・砂糖 南瓜・玉葱・しめじ・わかめ・葱・味噌	黒ごまビスケット・牛乳 中華雑炊・牛乳 米・鶏挽肉・白菜・えのき・人参・葱・中華だし 塩・ごま油
12 火	ごはん サバの味噌煮 ブロッコリーとさつま芋の和え物 すきやき風煮 くだもの	米 サバ・砂糖・味噌・生姜・みりん ブロッコリー・さつま芋・醤油・ごま 豚ばら肉・白菜・玉葱・大根・えのき・人参・麩・醤油・みりん・砂糖	干しぶどう・牛乳 梨のゼリー・牛乳 粉寒天・梨・砂糖・レモン果汁
13 水	ごはん 鶏のゆず塩焼き 納豆和え 白菜の味噌汁 くだもの	米 鶏もも肉・塩・醤油・みりん・酒・ゆず果汁 納豆・小松菜・キャベツ・人参・醤油・砂糖・ごま・かつお節・もみのり 白菜・油揚げ・玉葱・わかめ・葱・味噌	野菜ハイハイ・牛乳 じゃがりこ風ポテト・牛乳 じゃが芋・人参・パセリ粉・片栗粉・コンソメ マヨネーズ
14 木	ぶどうパン ハンバーグきのこソース ブロッコリーのソテー 人参スープ くだもの	ぶどうパン 合挽肉・玉葱・パン粉・塩・えのき・しめじ・醤油・みりん・砂糖・片栗粉 ブロッコリー・ベーコン・人参・コーン缶・油・醤油・コンソメ 人参・豆腐・えのき・わかめ・葱・コンソメ・塩・豆乳バター	干し芋・牛乳 塩昆布おにぎり・牛乳 米・塩昆布・ごま
15 金	ごはん 豚肉と昆布の炒め煮 さつま芋のきんぴら キャベツの味噌汁 くだもの	米 豚ばら肉・刻み昆布・酒・醤油・生姜・砂糖・ごま油 人参・さつま芋・ごま油・砂糖・醤油・ごま キャベツ・えのき・玉葱・わかめ・葱・味噌	ハイハイ・牛乳 梨のホットケーキ・牛乳 ホットケーキ粉・砂糖・豆乳・梨・豆乳バター

★献立内容や材料の変更がある場合がありますので、あらかじめご了承ください。
 ☆マヨネーズ、パン類、麺類、加工肉、ルウ(カレー、ハヤシ)は全て卵乳不使用のものを使用しています。
 ☆今月は旬の食材として里芋、さつま芋、きのこ、ごぼう、鮭、りんご、柿などを取り入れています。
 ☆調味料の中の「酒」は料理酒(アルコール度12%)を使用しています。★朝おやつに今月から干し芋を取り入れています。(冬季の期間のみ)

	献立名	材料名	朝おやつ・午後おやつ
16 土	鶏めし じゃが芋の味噌汁 くだもの	米・鶏もも肉・ごぼう・人参・しめじ・醤油・酒・みりん・砂糖 じゃが芋・キャベツ・人参・わかめ・葱・味噌	おやつ・牛乳 ぶどうゼリー・牛乳
18 月	ごはん 牛肉のスタミナ炒め さつま芋の甘煮 なめこ汁 くだもの	米 牛ばら肉・キャベツ・人参・玉葱・醤油・酒・オイスター・ごま油 さつま芋・砂糖・醤油 なめこ・玉葱・キャベツ・わかめ・葱・味噌	ルヴァン・牛乳 レーズン蒸しパン・牛乳 ホットケーキ粉・砂糖・豆乳・干しぶどう
19 火	とんこつ風ラーメン 金時豆煮 かぶとツナの和え物 くだもの	中華麺・豚ばら肉・キャベツ・人参・もやし・コーン缶・葱・醤油 中華だし・豆乳・塩・ごま油 金時豆・砂糖・醤油 かぶ・人参・胡瓜・ツナ・醤油・ごま	干しぶどう・牛乳 鮭とわかめのおにぎり・牛乳 米・鮭・炊き込みわかめ・ごま
20 水	誕生会 ゆうやけごはん カレイの幽庵焼き 里芋の和風サラダ きのこ汁 くだもの	米・人参・塩・醤油・酒 カレイ・みりん・醤油・酒・ゆず果汁 里芋・人参・胡瓜・マヨネーズ・醤油・ごま・かつお節 しめじ・エリンギ・えのき・玉葱・豆腐・葱・味噌	黒ごまビスケット・牛乳 モンブラン風ケーキ・牛乳 さつま芋・豆乳バター・砂糖・豆乳・ルヴァン
21 木	ごはん 鶏のねぎマヨ焼き 白菜の中華和え 厚揚げの味噌汁 くだもの	米 鶏もも肉・マヨネーズ・醤油・みりん・葱 白菜・人参・コーン缶・もやし・醤油・酢・砂糖・ごま油 厚揚げ・玉葱・えのき・わかめ・葱・味噌	とろべー・牛乳 里芋おやき・牛乳 里芋・葱・塩昆布・ごま油
22 金	 乳児わくわくフェスタ		
23 土	 勤労感謝の日 		
25 月	ごはん 回鍋肉 ひじきの煮物 のっぺい汁 くだもの	米 豚ばら肉・キャベツ・ピーマン・味噌・オイスター・醤油・砂糖・酒 ひじき・人参・油揚げ・醤油・砂糖・ごま・かつお節 鶏もも肉・里芋・糸こんにゃく・人参・ごぼう・葱・醤油・塩	野菜ハイハイ・牛乳 南瓜のいとこ煮・牛乳 南瓜・小豆缶・醤油
26 火	黒糖パン サワラのサクサク焼き 人参ごまサラダ かぶのスープ くだもの	黒糖パン サワラ・パン粉・パセリ粉・ウスター・ケチャップ 人参・胡瓜・ブロッコリー・ツナ・ごま・酢・醤油・砂糖 かぶ・ベーコン・人参・玉葱・ほうれん草・コンソメ・塩	干し芋・牛乳 大根菜むすび・牛乳 米・大根菜・砂糖・醤油・みりん・ごま油 塩昆布・ごま
27 水	ビーフカレー みそだしサラダ 里芋のり塩バター くだもの	米・牛ばら肉・玉葱・人参・じゃが芋・りんご・カレールウ キャベツ・胡瓜・人参・コーン缶・味噌・砂糖・醤油・酢・ごま油 里芋・油・豆乳バター・塩・青のり	ハイハイ・牛乳 柿の紅茶ケーキ・牛乳 ホットケーキ粉・紅茶葉・砂糖・豆乳 豆乳バター・柿
28 木	ごはん 鶏の甘辛煮 春雨サラダ ほうれん草の味噌汁 くだもの	米 鶏もも肉・生姜・砂糖・酒・みりん・醤油 春雨・胡瓜・人参・酢・醤油・砂糖・ごま油 ほうれん草・えのき・人参・豆腐・玉葱・葱・味噌	とろべー・牛乳 焼き芋・牛乳 さつま芋
29 金	 お弁当の日 		
30 土	肉うどん キャベツの塩昆布和え くだもの	うどん・牛ばら肉・玉葱・人参・えのき・葱・醤油・みりん キャベツ・胡瓜・塩昆布・醤油	おやつ・牛乳 お芋パン・牛乳