



11月献立表



社会福祉法人 みつき福祉会
みつぎ古志原保育園

	献立名	材料名	おやつ
1 (金)	ごはん 豚肉のスタミナ炒め 和え物 味噌汁 りんご	米 豚肉・玉葱・人参・もやし・椎茸・キャベツ・油・酒・砂糖・醤油 みりん・おろし生姜・おろしにんにく れんこん・きゅうり・ちくわ・かつお節・醤油 大根・しめじ・ねぎ・味噌 りんご	スティックビスケット マーブルケーキ (ホットケーキミックス・砂糖・油・豆乳 ココア)
2 (土)	そばろ丼 味噌汁 バナナ	米・鶏挽肉・生姜・コーン・ほうれん草・玉葱・人参・酒・醤油・砂糖・油 豆腐・玉葱・人参・味噌 バナナ	ぱりんこ おやつ
4 (月)	振替休日 (祝日休園)		
5 (火)	ごはん 煮込みハンバーグ ポテトサラダ スープ オレンジ	米 豚挽肉・玉葱・人参・米粉パン粉・塩・ケチャップ・中濃ソース・砂糖 じゃが芋・きゅうり・人参・マヨネーズ キャベツ・玉葱・コーン・鶏がらスープの素 オレンジ	ビスケット リッツサンド (リッツ・いちごジャム)
6 (水)	お弁当の日 ※お弁当には必ず火を通したものをに入れていただきますようお願いします		リッツ ゼリー
7 (木)	ごはん さばの煮付け 納豆和え 味噌汁 りんご	米 さば・醤油・みりん・酒・砂糖・生姜 小松菜・白菜・人参・納豆・醤油・もみのり 玉葱・もやし・ねぎ・味噌 りんご	薄焼きせんべい 磯部もちもち (白玉粉・油・豆乳・砂糖・青のり・醤油 みりん)
8 (金)	ごはん 麻婆春雨 ナムル 中華スープ バナナ	米 豚挽肉・玉葱・人参・椎茸・白ねぎ・春雨・にんにく・生姜・酒 醤油・味噌・鶏がらスープの素・ごま油 ほうれん草・もやし・人参・ごま油・醤油 白菜・玉葱・にら・鶏がらスープの素 バナナ	じゃが芋チップ しみしみラスク (食パン・グラニュー糖・ココア・豆乳)
9 (土)	カレーピラフ スープ オレンジ	米・豚挽肉・玉葱・ミックスベジタブル・カレー粉・鶏がらスープの素・塩 人参・もやし・しめじ・じゃが芋・鶏がらスープの素 オレンジ	ぱりんこ おやつ
11 (月)	ごはん カレイの昆布あんかけ 和え物 味噌汁 柿	米 カレイ・片栗粉・揚げ油・塩昆布・ねぎ・酒・薄口 白菜・キャベツ・人参・醤油 さつま芋・しめじ・人参・味噌 柿	スティックビスケット アップルパイ (パイシート・りんご・グラニュー糖)
12 (火)	ごはん レバーとポテトの揚げ煮 コールスロー スープ バナナ	米 鶏レバー・じゃが芋・ピーマン・片栗粉・揚げ油・砂糖・酒・醤油 キャベツ・人参・きゅうり・マヨネーズ・酢・塩 豆腐・大根・人参・鶏がらスープの素 バナナ	リッツ かぼちゃのおやき (かぼちゃ・片栗粉・砂糖・塩)
13 (水)	ごはん 豚肉の生姜焼き 和え物 味噌汁 みかん	米 豚肉・玉葱・人参・生姜・みりん・醤油・砂糖・油 大根・コーン・きゅうり・ツナ・醤油 油揚げ・玉葱・カットわかめ・ねぎ・味噌 みかん	薄焼きせんべい りんご蒸しパン (ホットケーキミックス・豆乳・砂糖・油 りんご・グラニュー糖)
14 (木)	豆乳かぼちゃ丸パン ローストチキン 根菜サラダ スープ バナナ	豆乳かぼちゃ丸パン 鶏肉・生姜・みりん・醤油・酒・砂糖 れんこん・ごぼう・人参・すりごま・醤油・砂糖・酢・油 えのき・コーン・玉葱・鶏がらスープの素 バナナ	ビスケット ツナおにぎり (米・ツナ・塩昆布・ごま)
15 (金)	ごはん 筑前煮 おかか和え 味噌汁 オレンジ	米 鶏肉・大根・人参・れんこん・ごぼう・椎茸・砂糖・酒・みりん・醤油・油 ブロッコリー・人参・ちくわ・かつお節・醤油 なめこ・カットわかめ・白菜・味噌 オレンジ	じゃが芋チップ きなこドーナツ (ホットケーキミックス・絹ごし豆腐・油 砂糖・きなこ・グラニュー糖)

	献立名	材料名	おやつ
16 (土)	豚丼 味噌汁 バナナ	米・豚肉・玉葱・人参・生姜・醤油・みりん・酒・砂糖 さつまいも・玉葱・豆腐・ねぎ・味噌 バナナ 	ぱりんこ おやつ
18 (月)	ごはん オーロラレバー 和風ポトフ サラダ りんご	米 鶏レバー・片栗粉・揚げ油・ケチャップ・マヨネーズ 鶏肉・じゃが芋・玉葱・しめじ・人参・ブロッコリー・酒・薄口・塩 キャベツ・コーン・人参・酢・薄口・砂糖・油 りんご	薄焼きせんべい バナナホットケーキ (ホットケーキミックス・豆乳・バナナ 砂糖・油)
19 (火)	塩ラーメン 中華きゅうり オレンジ	中華麺・豚肉・玉葱・人参・もやし・椎茸・コーン・葱・薄口 鶏がらスープの素・塩・こしょう・ごま油 きゅうり・酢・砂糖・醤油・ごま油・塩・かつお節 オレンジ	リッツ 菜飯 (米・小松菜・酒・塩・ごま・しらす干し)
20 (水)	わかめごはん さばの塩焼き 切干大根の炒り煮 味噌汁 バナナ	米・炊き込みわかめ さば・酒・塩 切干大根・人参・油揚げ・みりん・砂糖・醤油 人参・玉葱・豆腐・味噌 バナナ	ビスケット 大学芋 (さつまいも・揚げ油・砂糖・醤油・黒ごま)
21 (木)	ごはん きのこの塩つくね ツナ和え 味噌汁 みかん	米 鶏挽肉・えのき・椎茸・片栗粉・マヨネーズ・おろし生姜・鶏がらスープの素 レモン果汁・酒・砂糖・塩・ごま油・片栗粉 ほうれん草・もやし・ツナ・醤油 玉葱・じゃが芋・ねぎ・味噌 みかん 	じゃが芋チップ みたらし団子 (白玉粉・絹ごし豆腐・砂糖・みりん しょうゆ・片栗粉)
22 (金)	ごはん 鶏のねぎ味噌焼き 和え物 すまし汁 バナナ	米 鶏肉・ねぎ・酒・みりん・砂糖・味噌 キャベツ・切干大根・人参・醤油 えのき・人参・カットわかめ・豆腐・塩・薄口 バナナ	スティックビスケット マカロニごまきな粉 (マカロニ・きな粉・すりごま・砂糖・塩)
23 (土)	勤労感謝の日（祝日休園）		
25 (月)	ハヤシライス サラダ オレンジ	米・豚肉・玉葱・人参・しめじ・じゃが芋・ハヤシルウ・油 大根・きゅうり・コーン・かつお節・酢・砂糖・薄口・ごま油 オレンジ	リッツ お好み揚げ (豚肉・キャベツ・葱・小麦粉・揚げ油 中濃ソース)
26 (火)	ごはん おでん のり和え 柿	米 鶏肉・大根・人参・厚揚げ・ちくわ・酒・塩・みりん・薄口 キャベツ・小松菜・もやし・もみり・醤油 柿	薄焼きせんべい おはなクッキー (小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 無塩バター・豆乳生クリーム・ココア)
27 (水)	ごはん 豚肉とごぼうのしぐれ煮 ゆかり和え 味噌汁 りんご	米 豚肉・ごぼう・人参・しらたき・おろししょうが・砂糖・醤油・酒・油 白菜・人参・切干大根・ゆかり えのき・大根・豆腐・ねぎ・味噌 りんご	スティックビスケット いちご蒸しパン (ホットケーキミックス・豆乳・油 いちごジャム)
28 (木)	ごはん 鶏の塩麴焼き ひじきの煮物 すまし汁 バナナ	米 鶏肉・塩麴・生姜・にんにく・砂糖・酒・醤油 ひじき・人参・油揚げ・砂糖・醤油・酒・みりん 玉葱・しめじ・かぶ・塩・薄口 バナナ	ビスケット コーンいももち (じゃが芋・コーン・マヨネーズ・片栗粉)
29 (金)	ごはん 鮭のクリームソース焼き サラダ スープ オレンジ	米  さけ・塩・玉葱・クリームコーン・鶏がらスープの素・マヨネーズ ごぼう・人参・きゅうり・ツナ・すりごま・酢・砂糖・醤油・油 しめじ・玉葱・じゃが芋・鶏がらスープの素 オレンジ	じゃが芋チップ ポーロ (小麦粉・無塩バター・油・砂糖・抹茶)
30 (土)	鶏ごぼうごはん 味噌汁 バナナ	米・鶏肉・ごぼう・砂糖・酒・みりん・醤油・油 白菜・人参・玉葱・味噌 バナナ	ぱりんこ おやつ

★ マヨネーズ、生中華麺、ちくわ、パイシートについては、卵不使用のものを使用しています。

★ビスケット類、ホットケーキミックス、豆乳丸パン、豆乳かぼちゃ丸パンについては卵・乳不使用の物を使用しています。

★ カレールウ、ハヤシルウについては、卵・乳・小麦不使用のものを使っています。

★ 午前おやつ・午後おやつ時に牛乳を飲みます。