



11月献立表



社会福祉法人 みつき福祉会
みつき出雲郷保育園

	献立名	材料名	朝おやつ(未満児のみ) 午後おやつ(未満児・以上児)
1 (金)	ごはん 梅しそつくね 切干大根のパリパリ炒め 味噌汁 りんご	米 鶏挽肉・玉葱・梅干し・しそ・おろし生姜・片栗粉・酒・醤油・砂糖 切干大根・ベーコン・にら・酒・薄口醤油・油 しめじ・人参・さつまいも・葱・味噌 りんご	ごまポッキー うどんかりんとう (ゆでうどん・小麦粉・揚げ油・粉糖)
2 (土)	野菜あんかけ丼 味噌汁 オレンジ	米・豚肉・青梗菜・玉葱・もやし・たけのこ・しめじ・人参・砂糖・みりん・醤油・酒・油・片栗粉 キャベツ・大根・麩・味噌 オレンジ	スティックビスケット おやつ
4 (月)	 振替休日(祝日休園) 		
5 (火)	ごはん 魚のレモン風味揚げ もみのり和え 味噌汁 オレンジ	米 かれい・塩・片栗粉・揚げ油・砂糖・醤油・レモン果汁 ほうれん草・人参・ハム・もみのり・醤油 えのき・大根・肉団子・みつば・味噌 オレンジ	たまごボーロ 豆腐のカップケーキ (卵・絹ごし豆腐・ホットケーキ粉・バター・砂糖)
6 (水)	ごはん 豚ごぼうのしぐれ煮 納豆和え 味噌汁 バナナ	米 豚肉・ごぼう・人参・おろし生姜・砂糖・酒・醤油・油 白菜・キャベツ・もやし・納豆・醤油・かつお節 卵・玉葱・油揚げ・葱・味噌 バナナ	スティックビスケット さつまいものレモン煮 (さつまいも・レモン果汁・砂糖)
7 (木)	バターライス ローストチキン ジャーマンポテト スープ 梨	米・人参・ツナ・バター・コンソメ・塩・こしょう 鶏肉・おろしにんにく・おろし生姜・酒・みりん・砂糖・醤油・塩・こしょう じゃがいも・ベーコン・玉葱・油・塩・こしょう 人参・大根・しめじ・コンソメ・パセリ 梨	ごまポッキー ドーナツ (ホットケーキ粉・小麦粉・砂糖・卵・牛乳・揚げ油)
8 (金)	 お弁当の日  ※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致します。		プルーン もちもち抹茶パン (白玉団子の粉・抹茶・油・牛乳・砂糖)
9 (土)	★おいもパーティ さつまいも汁 みかん	白玉団子の粉・絹ごし豆腐・豚肉・さつまいも・白菜・人参・油揚げ・大根・ごぼう・板こんにゃく・葱・味噌 みかん	チーズ おやつ
11 (月)	麻婆ラーメン サラダ 煮卵 柿	中華麺・豚挽肉・人参・玉葱・干し椎茸・白葱・おろし生姜・おろしにんにく・酒・砂糖・味噌・醤油・鶏がら・片栗粉・ごま油 キャベツ・大根・もやし・薄口醤油・酢・砂糖・ごま油・すりごま 卵・醤油・みりん 柿	スティックビスケット たぬきむすび (米・天かす・葱・もみのり・めんつゆ)
12 (火)	ごはん 魚の香味焼き きんぴらごぼう 味噌汁 バナナ	米 さば・おろしにんにく・おろし生姜・酒・砂糖・醤油・ごま油・葱 ごぼう・人参・しらたき・みりん・砂糖・醤油・ごま油・ごま 豆腐・大根・わかめ・味噌 バナナ	たまごボーロ クラッカーサンド (クラッカー・マーマレード)
13 (水)	ごはん 厚揚げの味噌炒め 酢の物 すまし汁 みかん	米 豚肉・厚揚げ・玉葱・人参・ピーマン・砂糖・味噌・醤油・油 白菜・キャベツ・もやし・酢・砂糖・薄口醤油・かつお節 はんぺん・えのき・玉葱・みつば・塩・薄口醤油 みかん	プルーン 大学芋 (さつまいも・黒ごま・砂糖・醤油・揚げ油)
14 (木)	ごはん 卵焼き ひじきの煮物 味噌汁 オレンジ	米 卵・ツナ・えのき・みつば・塩・薄口醤油・みりん・砂糖 ひじき・油揚げ・人参・みりん・酒・砂糖・醤油 さつまいも・しらたき・大根・葱・味噌 オレンジ	ごまポッキー 麩のラスク (麩・砂糖・無塩バター)
15 (金)	ごはん ちくわの磯辺揚げ ごま和え 味噌汁 梨	米 ちくわ・卵・小麦粉・青のり・揚げ油 キャベツ・切干大根・もやし・ハム・すりごま・醤油 玉葱・なめこ・わかめ・味噌 梨	チーズ ホットビスケット (小麦粉・BP・無塩バター・砂糖・生クリーム)
16 (土)	わかめうどん 和え物 オレンジ	ゆでうどん・鶏肉・玉葱・人参・椎茸・わかめ・砂糖・みりん・塩・醤油・葱 きゅうり・大根・人参・醤油・砂糖・かつお節 オレンジ	ごまポッキー おやつ
18 (月)	ビビンバ丼 サラダ スープ りんご	米・牛肉・おろしにんにく・おろし生姜・ごま油・小松菜・人参・もやし・砂糖・みりん・味噌・醤油・テンメンジャン・卵 キャベツ・人参・大根・薄口醤油・酢・砂糖・油・すりごま 玉葱・もやし・えのき・にら・鶏がら りんご	チーズ マカロニきなこ (マカロニ・きな粉・砂糖・塩)

	献立名	材料名	朝おやつ(未満児のみ) 午後おやつ(未満児・以上児)
19 (火)	ごはん まめまめバーグ 煮浸し 味噌汁 梨	米 豚挽肉・玉葱・人参・大豆・パン粉・調製豆乳・大根・しそ・醤油・砂糖・みりん・酢 小松菜・しめじ・切干大根・酒・みりん・醤油・砂糖 じゃがいも・人参・厚揚げ・みつば・味噌 梨	たまごボーロ 豆乳蒸しパン (ホットケーキ粉・調製豆乳・干しぶどう)
20 (水)	★誕生会 ひじきとツナの炊き込みごはん 鶏肉とさつまいもの甘辛がらめ なめたけ和え 味噌汁 柿	米・ひじき・ツナ・醤油・みりん・酒 鶏肉・塩・片栗粉・さつまいも・醤油・砂糖・マヨネーズ・揚げ油 キャベツ・もやし・ちくわ・なめたけ・醤油 大根・舞茸・麩・葱・味噌 柿	スティックビスケット 梨のケーキ (小麦粉・BP・無塩バター・砂糖・卵・牛乳・梨)
21 (木)	ごはん 魚のしそ焼き 切干大根の煮物 味噌汁 バナナ	米 かれい・しそ・砂糖・みりん・酒・醤油 切干大根・人参・油揚げ・みりん・薄口醤油・醤油・砂糖 さつまいも・肉団子・玉葱・みつば・味噌 バナナ	ごまポッキー パイ (パイシート・グラニュー糖)
22 (金)	ごはん 鶏のさっぱり煮 ツナ和え 味噌汁 オレンジ	米 鶏肉・おろし生姜・酒・みりん・砂糖・醤油・酢 白菜・もやし・人参・ツナ・醤油・砂糖 かぼちゃ・油揚げ・わかめ・味噌 オレンジ	ブルーン もちもちドーナツ (ホットケーキ粉・白玉団子の粉・砂糖・油・牛乳・揚げ油)
23 (土)	 勤労感謝の日(祝日休園)		
25 (月)	カレーライス コロコロサラダ チーズ みかん	米・豚肉・人参・玉葱・しめじ・じゃがいも・カレールウ・油 大根・きゅうり・すりごま・薄口醤油・酢・砂糖・油 スティックチーズ みかん	たまごボーロ プリン(卵不使用)
26 (火)	ごはん 豚肉と豆腐のトロトロ炒め おかか和え 味噌汁 柿	米 豚肉・豆腐・キャベツ・なめこ・しめじ・酒・鶏がら・薄口醤油・砂糖・ごま油・片栗粉 ほうれん草・もやし・ハム・かつお節・醤油 卵・大根・玉葱・わかめ・味噌・ごま油 柿	スティックビスケット ココアボーロ (小麦粉・無塩バター・油・砂糖・ココア)
27 (水)	ごはん 鶏の西京焼き ひじきとツナの炒め物 すまし汁 バナナ	米 鶏肉・味噌・砂糖・みりん・マヨネーズ ひじき・小松菜・人参・ツナ・コーン・醤油・砂糖・みりん・ごま油 豆腐・キャベツ・しめじ・みつば・塩・薄口醤油 バナナ	チーズ 和風ポテト (じゃがいも・揚げ油・青のり・ゆかり・塩)
28 (木)	ごはん レバーのカレー揚げ ゆかり和え 味噌汁 りんご	米 鶏レバー・ウスターソース・酒・カレー粉・片栗粉・揚げ油 キャベツ・白菜・もやし・ゆかり 油揚げ・なめこ・玉葱・葱・味噌 りんご	ブルーン ラスク (食パン・バター・グラニュー糖)
29 (金)	豆乳レーズンパン さけのサクサク焼き サラダ スープ バナナ	豆乳レーズンパン さけ・塩・パン粉・ウスターソース・パセリ ほうれん草・きゅうり・大根・ツナ・薄口醤油・酢・砂糖・油 キャベツ・じゃがいも・人参・コンソメ バナナ	ごまポッキー そばろおにぎり (米・豚挽肉・砂糖・醤油・油)
30 (土)	キャベツの肉味噌丼 すまし汁 オレンジ	米・豚肉・キャベツ・人参・玉葱・もやし・味噌・醤油・酒・砂糖・みりん・油 椎茸・白菜・大根・塩・薄口醤油 オレンジ	スティックビスケット おやつ

※未満児は朝おやつ・午後おやつ、以上児は、給食・午後おやつの際に牛乳を提供しています。
 ※天候等の理由により、一部献立が変わる場合もありますので、あらかじめご了承下さい。