



11月予定献立



2017年11月
風の子保育園

日	曜日	午前のおやつ	主食	おかず	主な材料	午後のおやつ	
1	15	水	豆乳 ドリンク	ごはん	鶏肉と野菜の南蛮風 野菜添え 大根と竹輪の煮物 味噌汁	鶏肉 じゃが芋 ごぼう ネギ レタス きゅうり 大根 にんじん 竹輪 こんにゃく ＜玉ねぎ ワカメ＞	きのごこわ(もち米 しめじ えのき 干し椎茸 油揚げ) キャベツの即席漬け 煮干し
2	16	木	さつま芋	ごはん	豚肉の塩麴焼き かぼちゃ炒め 切干大根サラダ 味噌汁	豚肉 塩麴 かぼちゃ いんげん ベーコン 切干大根 きゅうり にんじん ツナ ゴマ マヨネーズ ＜キャベツ えのき＞	岩石揚げ(大豆 ひじき 干し 海老 小麦粉 卵) ほうれん草の煮浸し
	17	金	大根	ごはん	しゅうまい 小松菜ときのこのナムル 刻み昆布の煮物 味噌汁	豚ひき肉 玉ねぎ しゅうまいの皮 小松菜 もやし しめじ ゴマ 刻み昆布 にんじん さつま揚げ こんにゃく ＜大根 もやし 油揚げ＞	じゃが芋のお焼き(じゃが芋 にんじん ベーコン) ブロッコリー 昆布
6	20	月	かぼちゃ	ごはん	キャベツハンバーグ 野菜のオープン焼き ワカメの酢の物 味噌汁	牛豚合びき肉 キャベツ 玉ねぎ 卵 パン粉 じゃが芋 しめじ ワカメ きゅうり にんじん ツナ ＜豆腐 白菜 ネギ＞	いなり寿司(米 ゴマ 油揚げ) 小松菜の煮浸し 昆布
7		火	豆乳 ドリンク	ごはん	鮭の和風から揚げ ブロッコリー添え 炒り豆腐 小江戸汁(クッキング)	鮭 片栗粉 ブロッコリー 鶏ひき肉 豆腐 にんじん 干し椎茸 卵 ＜豚肉 さつま芋 大根 にんじん ネギ こんにゃく しめじ＞	豚ごぼうごはん(米 豚肉 に んじん ごぼう) キャベツの煮浸し 昆布
	21			21日 誕生会メニュー			
8	22	水	さつま芋	ごはん	鶏肉の味噌焼き 大根ときゅうりの梅おかか和え 五目きんぴら かき玉汁	鶏肉 大根 きゅうり 梅干し 鰹節 れんこん ごぼう にんじん こんにゃく さつま揚げ ＜卵 えのき ほうれん草＞	里芋のから揚げ(里芋 片栗 粉) かぶの即席漬け 煮干し
9		木	じゃが芋	菜めし	ブリの照り焼き さつま芋の白和え 豚肉と白菜の炒め煮 味噌汁	ブリ さつま芋 豆腐 えのき ほうれん草 ゴマ 豚肉 白菜 ネギ にんじん しめじ ＜かぶ 玉ねぎ＞	焼きびん(米 小麦粉 にんじ ん 青海苔) ブロッコリー 煮干し
10				10日 お弁当の日			
	24	金	豆乳 ドリンク	ごはん	高野豆腐のいんろう煮 白滝の炒り煮 マカロニサラダ 味噌汁	高野豆腐 豚ひき肉 玉ねぎ 白滝 にんじん えのき ゴマ マカロニ きゅうり ハム マヨネーズ ＜里芋 大根 ネギ＞	焼きそば(中華麺 豚肉 キャ ベツ もやし にんじん) するめ
13	27	月	豆乳 ドリンク	菜めし	いわしの竜田揚げ きのご炒め かぶとりんごの甘酢和え 豚汁	いわし 片栗粉 しめじ エリンギ 玉ねぎ ベーコン かぶ りんご ＜豚肉 じゃが芋 にんじん 大根 ネギ ごぼう こんにゃく＞	みたらし団子(上新粉) 小松菜の煮浸し するめ
14	28	火	かぼちゃ	ごはん	れんこんのはさみ焼き こんにゃくのおかか煮 白菜のサラダ 味噌汁	れんこん 豚ひき肉 玉ねぎ パン粉 こんにゃく 鰹節 白菜 きゅうり にんじん ハム ＜なめこ 豆腐 ネギ＞	ふかしさつま芋(さつま芋) ほうれん草の煮浸し 煮干し
	29	水	豆乳 ドリンク	ごはん	野菜の肉巻き ゴマ和え 里芋の煮ころがし 味噌汁	豚肉 にんじん えのき ごぼう 小松菜 キャベツ 油揚げ ゴマ 里芋 こんにゃく ＜大根 もやし しめじ＞	ツナひじきごはん(米 ツナ ひ じき にんじん) ブロッコリー 昆布
	30	木	さつま芋	ごはん	チキンカツ 野菜添え 大豆の五目煮 味噌汁	鶏肉 卵 パン粉 キャベツ ブロッコリー 大豆 にんじん ごぼう 竹輪 昆布 ＜じゃが芋 玉ねぎ ワカメ＞	味噌焼きおにぎり(米) 大根の即席漬け 煮干し

麦茶は食事時ほか必要に応じておだしています。

食材の仕入れの都合上献立を変更する場合があります。



7日(火)
3・4・5歳クッキング
子どもたちが畑で収穫し
たさつま芋を使って昼食
で食べる小江戸汁を作り
ます！

10日(金) お弁当の用意をお願いします。

