

2017年11月予定献立表

緑丘保育園

曜日	日	昼食	材料名	0歳児対応	3時のおやつ	延長のおやつ	夕食
月	13 27	チキンカレー ほうれんそうナムル わかめと大根のスープ	精白米・胚芽米・鶏肉・じゃが芋・玉葱・にんじん・ピーマン・しめじ・油・塩・バター・小麦粉・カレー粉・醤油・ソース・ケチャップ・牛乳 ほうれん草・醤油・かつおだし・ゴマ油・ごま わかめ・だいこん・にんじん・青菜・ゴマ・塩・醤油	ひき肉	クリームサンド 食パン・生クリーム・みかん缶・もも缶 くだもの・牛乳	ゆかりおにぎり 精白米・胚芽米・ゆかり 麦茶	魚の味噌漬け焼き・じゃが芋サラダ 魚・味噌・みりん・ごま油・生姜　じゃがいも・きゅうり・油揚げ・にんじん・もやし・酢・砂糖・醤油・ゴマ油 ゆかりごはん・味噌汁
火	14 28	豆腐のカレー煮 さつまいも天ぷら ごはん 納豆汁	豆腐・豚ひき・玉葱・にんじん・干し椎茸・ピーマン・油・カレー粉・塩・醤油・みりん さつまいも・豚ひき・玉葱・パセリ・小麦粉・卵・塩・油 精白米・胚芽米 納豆・白菜・にんじん・長葱・里芋・青菜・味噌・かつおだし		すいとん 小麦粉・じゃが芋・豚ひき・にんじん・椎茸・キャベツ 青菜・白玉粉・醤油・塩・酒 くだもの・牛乳	和風ラスク 食パン・マーガリン・ごま・青のり 麦茶	魚のバーベキューソース・ほうれん草だし煮 魚・塩・小麦粉・油・りんご・酢・酒・みりん・醤油　ほうれん草・削り節・ごま・牛乳・醤油・みりん・酒・かつおだし ごはん・味噌汁
水	1 15	さばのみぞれ煮 野菜ソテー 黄菊ごはん 豆腐団子のスープ	さば・片栗粉・油・かつおだし・醤油・酒・大根 キャベツ・玉葱・にんじん・ピーマン・もやし・油・塩 精白米・胚芽米・黄菊・塩・酒 豆腐・豚ひき・片栗粉・塩・白菜・椎茸・塩蔵わかめ・醤油・塩・かつおだし	とろみつき ゆで	さつまいものかりんとう さつまいも・バター・小麦粉・砂糖・ベーキングパウダー 牛乳・油 くだもの・牛乳	ダ이스チーズパン ダイスチーズ入りソフトフランス 麦茶	ポークビーンズ・かぼちゃサラダ(トレッシング) 豚肉・玉葱・大豆缶・にんじん・グリーンピース・油・ビュレ・ケチャップ・ソース・塩　かぼちゃ・きゅうり・レーズン・酢・油・塩 ダイスチーズパン・スープ
木	2 16	豚肉のトマトソース煮 里芋とブロッコリーの和風サラダ いちじくパン	セロリー・玉葱・トマト缶・ケチャップ・パセリ・塩・油・マッシュルーム缶　(ひり)豚ひき・玉葱・片栗粉・塩・水　(うさぎ〜)豚 里芋・にんじん・ブロッコリー・醤油・削りぶし・海苔 いちじくパン　(2日)グリーンピース・じゃがいも・玉葱・バター・かつおだし・牛乳・塩 16日)かぶ・かぶ葉・にんじん・玉葱・カリフラワー・牛乳・塩・豆乳・かつおだし	肉団子	鮭ときのこのごはん 精白米・胚芽米・甘塩鮭・しめじ・マイタケ・醤油・酒 くだもの・牛乳	いもけんぴ さつまいも・メープルシロップ・油 麦茶	温麺・いもけんぴ 冷麦・鶏肉・キャベツ・にんじん・干し椎茸・いんげん・醤油・塩 くだもの
金	17 30 (木)	魚の海苔味噌焼き 牛肉とごぼうのきんぴら ごはん 呉汁	魚・味噌・マヨネーズ・青のり 牛肉・ごぼう・にんじん・いんげん・糸こんにゃく・味噌・砂糖・醤油・ごま油 精白米・胚芽米 大豆・玉葱・かぼちゃ・青菜・味噌	とろみつき 牛ひき	ブルーケーキ ホットケーキミックス(砂糖なし)・バター・砂糖・卵・牛乳・ブルー・はちみつ くだもの・牛乳	切り干し大根おにぎり 精白米・胚芽米・切り干し大根・ベーコン・バター・塩・醤油・海苔 麦茶	豆腐ツナハンバーグ・刻み昆布の煮つけ 豆腐・まぐろ缶詰・にんじん・玉葱・椎茸・万能ねぎ・パン粉・醤油・油 刻み昆布・油揚げ・にんじん・青菜・醤油・砂糖・みりん・酒 切り干し大根ごはん・すまし汁
土	4 18	中華風うどん かぶの煮物 フルーツポンチ	干しうどん・かつおだし・豚ひき・長葱・塩・醤油・海苔・にんじん・白菜・生きくらげ かぶ・かぶ葉・にんじん・生揚げ・砂糖・みりん・醤油 みかん缶・桃缶・パイナップル・砂糖・水・レーズン		パン・小魚 パン・食べる小魚 くだもの・牛乳		
月	6 20	五目とりごはん 豚レバーのカレー炒め ふるふき大根 麩とふのりの味噌汁	精白米・胚芽米・鶏肉・ごぼう・人参・油揚げ・こんにゃく・いんげん・塩・醤油 ひよこ(りす)鶏レバー・うさぎ(〜)豚レバー・生姜・醤油・油・玉葱・にら・カレー粉・醤油 大根・こんにゃく・里芋・みりん・醤油・塩・砂糖・酒・片栗粉・かつおだし・味噌 麩・ふのり・あおのり・万能ねぎ・青菜・煮干し・味噌		ツナとコーンのラスク 食パン・まぐろ缶詰・コーン缶・玉葱・マヨネーズ くだもの・牛乳	わかめおにぎり 精白米・胚芽米・炊き込みわかめ 麦茶	魚の衣焼き・じゃがいもとグリーンピース煮 魚・砂糖・醤油・酒・生姜・小麦粉・油 じゃがいも・グリーンピース・鶏肉・にんじん・醤油・砂糖・塩 わかめごはん・すまし汁
火	7 21	さんまの塩焼き・大根おろし ほうれん草の黄菊和え ごはん 豚汁	さんま・塩　大根・醤油 ほうれん草・黄菊・醤油・削り節 精白米・胚芽米 豚ひき・大根・にんじん・ごぼう・こんにゃく・長葱・青菜・味噌・煮干し		アップルケーキ 小麦粉・油・砂糖・ベーキングパウダー・りんご・レーズン・塩・豆乳・全粒粉 くだもの・牛乳	焼肉ごはんおにぎり 精白米・胚芽米・豚ひき・油・塩・酒・味噌・醤油・砂糖・酒・こんにゃく・ごま・人参 麦茶	豆腐のつくね焼き・かぼちゃのひじき煮 豆腐・鶏ひき・玉葱・パン粉・塩・油・味噌・みりん・酒 かぼちゃ・ひじき・醤油・みりん・砂糖 焼肉ごはん・スープ
水	8 22	さつまいもコロッケ ブロッコリーナムル ごはん 高野豆腐の味噌汁	さつまいも・豚ひき・玉葱・パセリ・小麦粉・卵・塩・油 ブロッコリー・醤油・かつおだし・ゴマ油 精白米・胚芽米 高野豆腐・にんじん・玉葱・青菜・岩のり・味噌・煮干し		マカロニきなこ マカロニ・黄粉・砂糖・塩 くだもの・牛乳	梅おにぎり 精白米・胚芽米・梅干し・しらす・塩 海苔 麦茶	魚のあんかけ・ニラとえのきのお浸し 魚・片栗粉・油・にんじん・椎茸・玉葱・ケチャップ・酢・醤油・青のり にら・えのき・醤油・かつおだし 梅ごはん・味噌汁
木	9 29 (水)	鮭のタンドリー風 ひじきのサラダ カイザーロール ブロッコリー野菜スープ	生鮭・ヨーグルト・ケチャップ・醤油・カレー粉・にんにく・パン粉・油 ひじき・醤油・きゅうり・にんじん・鶏ささみ・塩・マヨネーズ・オリーブ油・酢 カイザーロール にんじん・玉葱・ブロッコリー・塩・かつおだし		栗赤飯 栗甘露煮・精白米・もち米・小豆・ごま・塩 くだもの・牛乳	こふきいも じゃがいも・塩・青のり 麦茶	きのこうどん・こふきいも 干しうどん・長葱・油揚げ・しめじ・えのき・なめこ・にんじん・醤油・塩・みりん・豚ひき くだもの
金	10 24	切り干し卵焼き なます風サラダ 菜飯 三平汁	切り干し大根・ひじき・鶏ひき・にんじん・卵・長葱・油・醤油・塩・かつおだし 大根・人参・きゅうり・油・酢・塩・はちみつ・ゴマ油・しらす 精白米・胚芽米・大根葉・塩・酒 生鮭・大根・にんじん・こんにゃく・ごぼう・豆腐・長葱・青菜・味噌・かつおだし	とろみつき ゆで	さつまいもチーズもち さつまいも・片栗粉・チーズ・マーガリン・塩 くだもの・牛乳	アーモンドラスク 食パン・マーガリン・アーモンド・砂糖・桜えび 麦茶	鶏肉のかりんとうがらめ・きゅうりのしらす和え 鶏肉・生姜・酒・片栗粉・油・砂糖・醤油・みりん・アーモンド きゅうり・しらす・醤油・酢 ごはん・味噌汁
土	11 25	けんちんうどん かぼちゃサラダ(マヨネーズ) ヨーグルトゼリー	干しうどん・豚ひき・大根・にんじん・ごぼう・里芋・長葱・青菜・ゴマ油・味噌 かぼちゃ・りんご・にんじん・きゅうり・マヨネーズ・塩・オリーブ油 ヨーグルト・砂糖・アガー・牛乳		ラスク・チーズ ソフトフランス生地・ロールパン生地・マーガリン・砂糖 くだもの・牛乳		

* エネルギー 585kcal たんぱく質 22.1g 脂質 20.3g * 0才のみ 9時30分おやつの牛乳(豆乳)があります。* 3時の牛乳は豆乳入りです * 材料の関係で献立が変更になることもあります。