

2018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 | 12 26 | 五目とりごはん 鶏レバーのカレー炒め ふろふき大根 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・こんにやく・いんげん・塩・醤油 鶏レバー、生姜・醤油・油・玉葱・にら・カレー粉・醤油 大根・こんにやく・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 | | 小豆蒸しパン 小麦粉・全粒粉・上白糖・ベーキングパウダー・卵・牛乳 油・甘納豆 | ゆかりおにぎり 精白米・胚芽米・ゆかり | 魚の焼肉ダレ・三色野菜のお浸し 魚・小麦粉・片栗粉・油・こんにやく・醤油・みりん・砂糖・ごま油・ごま キャベツ・きゅうり・人参・かつお節・醤油・かつおだし |
| 火 | 13 27 | 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 | 和風ラスク 食パン・マーガリン・青のり・ごま | ポークビーンズ・マセドアンサラダ 豚肉・かつおだし・玉葱・パン粉・片栗粉・大豆缶・人参・グリーンピース・油・トマトピューレ トマトケチャップ・ウスターソース・塩 南瓜・じゃが芋・きゅうり・レーズン・酢・油・塩 |
| 水 | 14 28 | 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・こんにやく・長葱・青菜・味噌・煮干し | | クリームサンド 食パン・生クリーム・みかん缶・もも缶 | じゃこ入りガーリックおにぎり 精白米・胚芽米・しらす・こんにやく・人参 油・塩 | 豆腐のきのこあん・きゅうりの梅肉和え 木綿豆腐・小麦粉・油・椎茸・しめじ・えのき・みりん・醤油・バター きゅうり・塩・梅びしお |
| 木 | 1 15 | 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・こんにやく・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 | | 豚飯 精白米・胚芽米・豚ひき肉・たけのこ・人参・小松菜・酒 醤油・塩・ごま油 | ポテトフライ じゃが芋・塩・青のり・油 | 回鍋肉うどん・ポテトフライ 干しうどん・豚肉・キャベツ・人参・たけのこ・長葱・いんげん・生姜・味噌・醤油 |
| 金 | 2 16 29 (木) | 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・こんにやく・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 | ドーナツ ドーナツ(卵なし) | 魚の照り焼き・ひじきの煮物 魚・醤油・酒・みりん・油 ひじき・干し椎茸・人参・油揚げ・いんげん・油・砂糖・酒 みりん・醤油 |
| 土 | 17 | けんちんうどん かぼちゃサラダ(マヨネーズ) オレンジゼリー | 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 オレンジジュース・砂糖・アガー・水 | | パン・小魚 ダイスチーズパンなど・食べる小魚 | | ごはん・味噌汁 |
| 月 | 5 19 | チキンカレー ほうれんそうナムル わかめスープ | 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・長葱・青菜・ゴマ・塩・醤油 | ひき肉 | 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 | りんごジャムサンド 食パン・りんごジャム | 魚のステーキ・コールスローサラダ 魚・塩・片栗粉・油・玉葱・パセリ・砂糖・醤油・酢 コーン缶or冷凍・人参・キャベツ ・きゅうり・油・酢・塩 |
| 火 | 6 20 | かじきのバーベキューソース 牛肉とごぼうのきんぴら ごはん 呉汁 | カジキ・塩・小麦粉・油・りんご・酢・酒・みりん・醤油 牛肉・ごぼう・にんじん・いんげん・糸こんにやく・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 | 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 | 昆布おにぎり 精白米・胚芽米・刻み昆布・人参・ 醤油・砂糖・油 | 豆腐のつくね焼き・きゅうりのごまよごし 木綿豆腐・鶏ひき肉・玉葱・パン粉・塩・油・味噌・みりん・酒 きゅうり・塩・ごま |
| 水 | 7 21 | 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 | | 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 | 梅おにぎり 精白米・胚芽米・梅干し・しらす・塩・のり | 魚のごま味噌焼き・小松菜のしらす和え 魚・酒・味噌・ごま 小松菜・人参・しらす・醤油・かつお節・かつおだし |
| 木 | 8 22 | 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 | 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 | チーズラスク 食パン・マーガリン・粉チーズ | 鶏肉とブロッコリーのソテー・じゃが芋のバター煮 鶏もも肉・ブロッコリー・しめじ・人参・塩・油 じゃがいも・バター・醤油 |
| 金 | 9 30 | 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 玄米パン かぶのクリームスープ | 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 玄米パン かぶ・かぶ菜・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 | 芋けんぴ さつまいも・メープルシロップ・油 | 田舎うどん・芋けんぴ 干しうどん・豚ひき肉・人参・長葱・椎茸・青菜・味噌 |
| 土 | 10 24 | 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・かぶ菜・にんじん・生揚げ・砂糖・みりん・醤油 みかん缶・桃缶・パイナップル缶・砂糖・水・レーズン | | 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 一口チーズ | | くだもの |

* 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。