

11月 給食献立表

3歳未満児・以上児

2019年

日 曜	星 食	お や つ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
1 金	米飯 魚のタルタルソース焼き きんぴらごぼう ほうれん草のスープ	牛乳 バナナ 牛乳 オレンジゼリー	普通牛乳・まだら・鶏卵・ベーコン ゼラチン	米・マヨネーズ・ごま油・車糖・ごま	バナナ・たまねぎ・パセリ・レモン・ごぼう にんじん・ほうれん草・みかん飲料 みかん缶詰
2 土	鶏南蛮うどん 里芋の煮物 バナナ	麦茶 ビスケット 麦茶 ゆでとうもろこし	鶏皮	ビスケット・うどん・さといも・車糖	にんじん・たまねぎ・葉ねぎ・乾しいたけ わかめ・生しいたけ・さやいんげん・バナナ スイートコーン
5 火	米飯 変わりローストチキン 切干大根の煮物 みそ汁	牛乳 オレンジ 牛乳 はちみつクッキー	普通牛乳・鶏もも・油揚げ・麦みそ	米・調合油・車糖・じゃがいも 無塩バター・グラニュー糖・はちみつ 薄力粉	パレンシアオレンジ・たまねぎ・しょうが にんにく・にんじん・切干しいたけ 乾しいたけ・さやいんげん・こねぎ
6 水	炒り豆腐どんぶり キャベツのサラダ きのこスープ リンゴ	牛乳 麵粉スナック 牛乳 かぼちゃパイ	普通牛乳・木綿豆腐・鶏ひき肉・鶏卵 ロースハム・クリームチーズ	生ふ・有塩バター・黒砂糖・米・調合油 車糖・ミックス・車糖	生しいたけ・にんじん・にら・キャベツ きゅうり・えのきたけ・まいたけ・りんご 西洋かぼちゃ
7 木	米飯 さばの香り揚げ 春雨サラダ すまし汁	牛乳 スティックパン 牛乳 じゃがいも餅	普通牛乳・まさば・ロースハム 木綿豆腐	ロールパン・米・かたくり粉・調合油 車糖・ごま・普通はるさめ・マヨネーズ じゃがいも	しょうが・しそ・きゅうり・きくらげ・ぶなしめじ わかめ
8 金	米飯 チキンチキンごぼう 納豆和え みそ汁	牛乳 オレンジ寒天 牛乳 クレープ	普通牛乳・鶏むね・挽きわり納豆 油揚げ・麦みそ・鶏卵・ホイップクリーム	米・かたくり粉・調合油・車糖 有塩バター・ホットケーキミックス グラニュー糖・ミルクチョコレート	オレンジ飲料・寒天・ごぼう・にんじん スイートコーン・グリーンピース・ほうれん草 ブラックマッペもやし・大根・たまねぎ バナナ
9 土	スパゲティマトソース りんごと大根のサラダ コンソメスープ	麦茶 ビスケット 麦茶 芋おにぎり	普通牛乳・まぐろ缶詰 パルメザンチーズ・ベーコン	コーンフレーク・マカロニ・スパゲッティ 調合油・有塩バター・米・さつまいも	にんじん・にんにく・たまねぎ・ぶなしめじ トマト缶詰・大根・りんご・にんじん チンゲンサイ
11 月	米飯 魚のマヨみそやき 白菜の昆布和え すまし汁	牛乳 みかん 牛乳 ミニ刈カンドッグ	普通牛乳・しろさけ・麦みそ・木綿豆腐 ウインナー	米・マヨネーズ・ホットケーキミックス・調合油 ウインナー	温州みかん・たまねぎ・はくさい・青ピーマン 塩昆布・こまつな・わかめ
12 火	米飯 豚の梅味噌焼き 大根の煮物 白菜のスープ	牛乳 りんごかん 牛乳 ぶたまん	普通牛乳・豚もも・麦みそ・油揚げ ベーコン・ヨーグルト・しゅうまい	米・車糖・ホットケーキミックス	寒天・りんご飲料・たまねぎ・梅干し・大根 にんじん・はくさい・ぶなしめじ・パセリ
13 水	ロールパン オムレツ ラタトゥー コンソメスープ	牛乳 キャンディーチーズ 牛乳 ツナマヨおにぎり	普通牛乳・プロセスチーズ・鶏卵 豚ひき肉・ベーコン・まぐろ缶詰	ロールパン・調合油・マーガリン 薄力粉・米・マヨネーズ	たまねぎ・にんじん・青ピーマン・なす トマト缶詰・スイートコーン・スイートコーン缶詰
14 木	ゆかりごはん 魚のきのこソースかけ チップスサラダ みそ汁	牛乳 ビスケット 牛乳 フルーツゼリー	普通牛乳・メルルーサ・麦みそ ゼラチン	ビスケット・米・かたくり粉 ポテトチップス・車糖	しそ・ぶなしめじ・えのきたけ・たまねぎ きゅうり・キャベツ・にんじん・大根 カットわかめ・りんご・みかん缶詰 キウイフルーツ
15 金	米飯 鶏肉のマーマレード焼き げんちよう コンソメスープ	牛乳 コーンフレーク 牛乳 リンゴトースト	普通牛乳・鶏もも・木綿豆腐・油揚げ	コーンフレーク・米・マーマレード 車糖・食パン・マーガリン グラニュー糖	にんじん・大根・生しいたけ・ブロッコリー にんじん・たまねぎ・りんご
16 土	しょうゆラーメン ほうれん草のお浸し みかん	麦茶 いりこ 麦茶 オニオンブレッド	普通牛乳・うるめいわし・豚かた・ロース かつお節・ベーコン・プロセスチーズ	中華めん・ごま油・ホットケーキミックス 調合油	にんじん・わかめ・ブラックマッペもやし ほうれん草・にんじん・温州みかん たまねぎ
18 月	米飯 鮭の塩焼き 白菜の煮物 みそ汁	牛乳 きな粉マカロニ 牛乳 さつま芋天	普通牛乳・きな粉・しろさけ・油揚げ 麦みそ・鶏卵	マカロニ・スパゲッティ・車糖・米・車糖 さつまいも・薄力粉・調合油	はくさい・にんじん・西洋かぼちゃ・たまねぎ こねぎ
19 火	キーマカレー マカロニサラダ わかめスープ フルーツ(みかん)	牛乳 ぶどうゼリー 牛乳 レモンマフィン	普通牛乳・豚ひき肉・ロースハム・鶏卵	米・調合油・じゃがいも マカロニ・スパゲッティ・マヨネーズ・ごま 薄力粉・車糖・かたくり粉	ぶどう飲料・寒天・たまねぎ・にんじん りんご・きゅうり・スイートコーン缶詰・カットわかめ 温州みかん・レモン
20 水	米飯 西作豚 シーチキンサラダ 中華スープ	牛乳 スティックパン 牛乳 きな粉トースト	普通牛乳・豚もも・木綿豆腐・油揚げ 麦みそ・鶏卵	ロールパン・米・薄力粉・かたくり粉 調合油・車糖・マーガリン・マヨネーズ	にんじん・乾しいたけ・まいたけ・えのきたけ はくさい・こまつな・ほうれん草・こねぎ キャベツ・トマト・もやし・たけのこ・ピーマン
21 木	米飯 魚の照り焼き 野菜炒め みそ汁	牛乳 りんご 牛乳 ジャムサンド	普通牛乳・すけとうだら・豚もも・油揚げ 麦みそ	米・調合油・焼きふ・食パン いちごジャム	りんご・たまねぎ・キャベツ・にんじん 青ピーマン・ブラックマッペもやし・大根
22 金	米飯 肉豆腐 ブロッコリーのサラダ さつま汁	牛乳 マシュマロサンド 牛乳 にんじんのパウンドケ	普通牛乳・牛もも・木綿豆腐・鶏卵 麦みそ・鶏卵	ビスケット・マシュマロ・米・調合油 車糖・さつまいも・薄力粉	にんじん・はくさい・さやえんどう ブロッコリー・トマト・スイートコーン缶詰 にんじん・ごぼう・こねぎ
25 月	米飯 親子煮 もやしの炒め物 みそ汁	牛乳 きな粉マカロニ 牛乳 スイートパンプキン	普通牛乳・きな粉・鶏むね・鶏卵 豚かた・淡色辛みそ	マカロニ・スパゲッティ・車糖・米・じゃがいも 調合油・車糖・焼きふ・有塩バター	にんじん・たまねぎ・さやいんげん ブラックマッペもやし・にら・きくらげ・はくさい 生しいたけ・西洋かぼちゃ・干しぶどう
26 火	米飯 鮭のポテマヨチーズ焼き チンゲン菜ときのこの和え物 根菜スープ	牛乳 オレンジ寒天 牛乳 ロックスクッキー	普通牛乳・しろさけ・チーズスプレッド	米・じゃがいも・かたくり粉・マヨネーズ 薄力粉・有塩バター・車糖 コーンフレーク	オレンジ飲料・寒天・たまねぎ・にんじん こねぎ・チンゲンサイ・えのきたけ ぶなしめじ・生しいたけ・れんこん・ごぼう 大根・干しぶどう
27 水	米飯(きのこごはん) 鶏肉からあげ・白菜サラダ かきたま汁・メロン	牛乳 ビスケット 牛乳 りんご	普通牛乳・鶏もも・ホイップ クリーム	ビスケット・米・かたくり粉・調合油 車糖・マヨネーズ・食パン・有塩バター	はくさい・えのきたけ・にんじん・生しいたけ 生しいたけ・パインアップル缶詰・(国産)メロン こまつな・トマト・メロン・さくらんぼ・バナナ みかん・キウイフルーツ
28 木	米飯 牛肉の甘辛煮 れんこんの金平 すまし汁	牛乳 みかん 牛乳 フライドさつまいも	普通牛乳・牛もも・たまご豆腐	米・普通はるさめ・車糖・ごま・ごま油 さつまいも・調合油	温州みかん・たまねぎ・生しいたけ さやいんげん・れんこん・にんじん・こまつな
29 金	米飯 カレイの煮付け キャベツのごま和え みそ汁	牛乳 コーンフレーク 牛乳 みかんゼリー	普通牛乳・まがれい・淡色辛みそ	コーンフレーク・米・車糖・ごま じゃがいも・焼きふ・ビスケット	キャベツ・にんじん・ブラックマッペもやし
30 土	カレーうどん コーンサラダ りんご	麦茶 キャンディーチーズ 麦茶 わかめおにぎり	プロセスチーズ・豚もも	うどん・かたくり粉・米	たまねぎ・にんじん・根深ねぎ・きゅうり スイートコーン缶詰・りんご・カットわかめ

おやつは、上段が9時、下段が15時になります。9時のおやつは

たいよう・ほし・うみのみになります。