



11月 給食献立表

ながさわ保育園

日	曜	3才未満児 午前おやつ	献立名	材 料 名	午後のおやつ
1	金	牛乳 オレンジ	ごはん・肉豆腐・ だいこんのすまし汁	豆腐・豚ひき肉・人参・ねぎ・ごま油／大根・玉ねぎ・人参・ほうれん草・ しめじ・油揚げ	牛乳・せんべい
2	土	お茶 オレンジ	豚丼・さつまいものみそ汁	人参・玉ねぎ・豚肉・しらたき・ねぎ／人参・さつまいも・ 玉ねぎ・わかめ・油揚げ	お茶・お菓子
5	火	牛乳 バナナ	スパゲティナポリタン・りんご・ はくさいのすまし汁	豚肉・玉ねぎ・人参・しめじ・ピーマン／はくさい・だいこん・ 小松菜・にんじん・油揚げ・りんご	ジョア・ バームクーヘン
6	水	牛乳 りんご	ごはん・鶏肉の照り煮・ 和風スープ・みかん	鶏肉・玉ねぎ・人参・ごぼう・グリーンピース／さつま揚げ・じゃがいも・ 大根・人参・ねぎ／みかん	牛乳・おかき
7	木	牛乳 バナナ	ごはん・キャベツサラダ・ さといもと大豆のカレー煮	豚ひき肉・玉ねぎ・さといも・人参・大豆／キャベツ・きゅうり・人参・ ツナ缶詰／黒むし粉・レーズン	牛乳・ 黒蒸しパン
8	金	牛乳 オレンジ	ごはん・ほうれん草のみそ汁・ 蒸し魚の野菜あんかけ	メカジキ・人参・玉ねぎ・もやし・ねぎ／ほうれん草・えのきたけ・豆腐・ かぼちゃ・油揚げ	牛乳・サブレ
9	土	お茶 オレンジ	じゃこチャーハン・和風スープ	ちりめんじゃこ・しそ・ごま油・ごま／玉ねぎ・人参・わかめ・ねぎ・ 豆腐・油揚げ	お茶・お菓子
11	月	牛乳 バナナ	ごはん・煮魚(だいこん)・ けんちん汁・バナナ	赤魚・だいこん／豆腐・玉ねぎ・人参・ごぼう・れんこん・ねぎ・油揚げ・ バナナ	牛乳・チーズ・ しるこサンド
12	火	牛乳 オレンジ	みそうどん・金時豆甘煮・ オレンジ	豚肉・はくさい・玉ねぎ・人参・しめじ・しいたけ・ふ・ほうれん草／金時豆／ オレンジ／ロールパン・ツナ缶詰・きゅうり・マヨネーズ	牛乳・ ツナサンド
13	水	牛乳 りんご	きのこごはん・豆腐汁・ キャベツのしそあえ	鶏肉・しいたけ・しめじ・人参・れんこん・油揚げ／キャベツ／豆腐・ 玉ねぎ・大根・人参・ねぎ	牛乳・ ふかしいも
14	木	牛乳 バナナ	パン・豆腐の変わり揚げ・ レタス・はくさいスープ・バナナ	豆腐・人参・ひじき・ねぎ／レタス／ベーコン・白菜・玉ねぎ・コーン缶詰・ 小松菜／バナナ	牛乳・あられ
15	金	牛乳 オレンジ	ごはん・肉じゃが・ もやしのみそ汁	豚肉・じゃがいも・玉ねぎ・人参・糸こんにゃく・グリーンピース／ もやし・白菜・人参・ねぎ・油揚げ	牛乳・ クラッカー
16	土	お茶 オレンジ	豚丼・さつまいものみそ汁	人参・玉ねぎ・豚肉・しらたき・ねぎ／人参・さつまいも・ 玉ねぎ・わかめ・油揚げ	お茶・お菓子
18	月	牛乳 バナナ	パン・フレンチサラダ・ 鮭のクリームシチュー	鮭・じゃがいも・玉ねぎ・人参・ブロッコリー・バター・小麦粉・ホワイトルウ／ レタス・きゅうり・トマト・ツナ缶詰	牛乳・ おにぎりせんべい
19	火	牛乳 みかん	和風スパゲティ・バナナ・ さつま揚げのすまし汁	ベーコン・玉ねぎ・人参・しいたけ・ねぎ・ウインナー・バター／さつま揚げ・ えのきたけ・人参・チンゲン菜／バナナ／白蒸し粉	牛乳・ 白蒸しパン
20	水	牛乳 オレンジ	ごはん・ひじきサラダ・ 煮やっこの肉みそかけ	豆腐・鶏ひき肉・玉ねぎ・人参・ねぎ／ひじき・レタス・きゅうり・ハム	牛乳・ やさいかりんとう
21	木	牛乳 バナナ	ごはん・ドライカレー・ キャベツスープ	バター・豚ひき肉・玉ねぎ・人参・ピーマン・小麦粉／ベーコン・キャベツ・ 玉ねぎ・人参・エリンギ・ねぎ	牛乳・クッキー
22	金	牛乳 りんご	ごはん・白身魚のから揚げ・トマト・ ポイルキャベツ・玉ねぎのみそ汁	メカジキ／キャベツ／トマト／玉ねぎ・大根・人参・えのきたけ・ねぎ・ 油揚げ	牛乳・せんべい
25	月	牛乳 みかん	ごはん・八宝菜・ じゃがいもスープ	豚肉・しいたけ・玉ねぎ・赤ピーマン・チンゲン菜・たけのこ・白菜・ ごま油／じゃがいも・人参・しめじ・ねぎ	ヨーグルト
26	火	牛乳 バナナ	きつねうどん・オレンジ・ さつまいもの甘煮	油揚げ・鶏肉・玉ねぎ・人参・しめじ・しいたけ・チンゲン菜・ふ／ さつまいも／オレンジ／食パン・マーガリン・きなこ	牛乳・ きなこサンド
27	水	牛乳 オレンジ	いもごはん・すまし汁・ 柿のごま酢和え	さつまいも／大根・ほうれん草・柿・油揚げ・ごま／豆腐・玉ねぎ・人参・ えのきたけ・ねぎ・さつま揚げ	牛乳・ビスコ・ ミニフィッシュ
28	木	牛乳 バナナ	ごはん・ポトフ・ レンコンのごまマヨネーズ和え	鶏肉・じゃがいも・かぶ・キャベツ・玉ねぎ・人参／れんこん・きゅうり・ ハム・ごま・マヨネーズ／調整豆乳・きな粉	牛乳・豆乳もち
29	金	牛乳 オレンジ	チキンライス・コンソメスープ・ みかん	鶏肉・玉ねぎ・人参・ピーマン・コーン缶詰・しめじ・バター／ベーコン・ かぶ・白菜・小松菜／みかん	100%果汁・ シュークリーム
30	土	お茶 オレンジ	じゃこチャーハン・和風スープ	ちりめんじゃこ・しそ・ごま油・ごま／玉ねぎ・人参・わかめ・ねぎ・ 豆腐・油揚げ	お茶・お菓子

※ 厳選した食材を使用しておりますので、献立が一部変更になる場合がございます。

