

11月給食予定献立表

アレルギー表示

■小麦 ●卵 ▲牛乳

| 日曜日 | 曜日 | 昼食 | 主な材料と体内での働き | | | | AMおやつ 0さいのみ | | PMおやつ ★は手作りおやつ | |
|-----|----|---|---------------------------|---|--|--|----------------|-----------------|--------------------------------------|---|
| | | | 主にからだをつくるもの | 主にからだの調子を整えるもの | 主に熱や力のもとになるもの | その他 | 献立 | 材料 | 献立 | 材料 |
| 1 | 金 | ごはん サバの塩焼 胡瓜ともやしのごま和え さつま芋と大豆の煮物 味噌汁 | さば 大豆 赤みそ | きゅうり・太もやし・人参 玉ねぎ・小松菜・えのきたけ | 米(国産) 油 白ごま・砂糖 さつま芋・砂糖 | 塩 だし・■醤油 ■醤油・料理酒・だし だし | ハイハイ お茶 | ハイハイ 麦茶 | きなこ蒸しパン★ 牛乳 | ■小麦粉・ベーキングパウダー・きな粉 砂糖・豆乳 ▲牛乳 |
| 2 | 土 | イタリアンスパゲティ コーンサラダ スープ | ウインナー | 玉ねぎ・人参・ピーマン コーン・キャベツ・きゅうり・人参 白菜・チンゲン菜・しめじ | ■スパゲティ・油 マヨネーズタイプ(卵不使用) | コンソメ・トマトケチャップ コンソメ | | | やわらかおかし 牛乳 | やわらかおかし(のり塩味) ▲牛乳 |
| 5 | 火 | ごはん 鶏肉のハーベキューソース フライドポテト ほうれん草の塩昆布和え 味噌汁 | 鶏肉 油揚げ・赤みそ | 白菜・ほうれん草・人参・■塩昆布 玉ねぎ・人参 | 米(国産) ■小麦粉・油・砂糖・でん粉 ■ポテトフライ・油 | 塩・ワスターソース・トマトケチャップ・■醤油・コンソメ 塩 だし だし | マンナビスケット お茶 | ■マンナビスケット 麦茶 | ケーキサレ★ 牛乳 | ■ホットケーキミックス・コーン ウインナー ▲牛乳 |
| 6 | 水 | 麦入りのごはん 鶏肉の生煮焼 キャベツの和え物 厚揚げの煮物 すまし汁 | 鶏肉 生揚げ | しょうが 白菜・プロッコリー・人参 さやいんげん 玉ねぎ・小松菜・人参 | 米(国産)・押麦 砂糖・油 砂糖 砂糖 | ■醤油・本みりん・料理酒 だし・■醤油 だし・■醤油・料理酒 だし・■醤油・塩 | 野菜ハイハイ お茶 | 野菜ハイハイ 麦茶 | 抹茶のふんわりクッキー★ 牛乳 | ■小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖・抹茶 油・豆腐・レーズン ▲牛乳 |
| 7 | 木 | ごはん アジの焼南蛮 ●マカロニサラダ 味噌汁 | あじ ■●▲ハム 豆腐・赤みそ | 玉ねぎ・人参・ピーマン きゅうり・コーン 玉ねぎ・わかめ | 米(国産) ■小麦粉・油・砂糖・ごま油 ■マカロニ・マヨネーズタイプ(卵不使用) | ■酢・■醤油 だし | ウエハース お茶 | ■マンナウエハース 麦茶 | 小松菜マフィン★ 牛乳 | ■小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 豆腐・油・小松菜 ▲牛乳 |
| 8 | 金 | ごはん 岩手揚げ 白菜とプロッコリーのおかか和え 豚汁 | 大豆 かつお節 豚肉・赤みそ | ひしき 白菜・プロッコリー・人参 玉ねぎ・しめじ・ごぼう・さやいんげん | 米(国産) さつま芋・■小麦粉・砂糖・油 砂糖 | ■醤油・塩 だし・■醤油 だし | ハイハイ お茶 | ハイハイ 麦茶 | たべるといりこ★ 0.1さいはビスコのみ ビスコ 牛乳 | いりこ・白ごま・砂糖 ■醤油・本みりん ■▲ビスコ ▲牛乳 |
| 9 | 土 | ちゃんぽんうどん もやしの和え物 フルーツ(バナナ) | 豚肉・■ちくわ | 人参・干しいたけ・さやいんげん ほうれん草・白菜・人参 玉ねぎ・しめじ・ごぼう・さやいんげん バナナ | ■うどん・でん粉 砂糖 | だし・■醤油・本みりん・塩 だし・■醤油 | | | ミニアスバラガス 牛乳 | ■アスバラガスビスケット ▲牛乳 |
| 11 | 月 | ごはん ●干草焼 ほうれん草の納豆和え 味噌汁 | ●卵・豚ひき肉 納豆 油揚げ・赤みそ | 人参・干しいたけ・さやいんげん ほうれん草・白菜・人参 大根・かぼちゃ | 米(国産) 油・砂糖 | ■醤油・本みりん・だし ■醤油・だし だし | ハイハイ お茶 | ハイハイ 麦茶 | きなごサンドクラッカー★ 牛乳 | ■クラッカー・きな粉 砂糖・▲バター ▲牛乳 |
| 12 | 火 | 麦入りのごはん サバの照焼 チンゲン菜のサラダ 味噌汁 | さば 生揚げ・赤みそ | チンゲン菜・キャベツ・人参 玉ねぎ・青ねぎ | 米(国産)・押麦 油・砂糖 マヨネーズタイプ(卵不使用) | ■醤油・本みりん だし | マンナビスケット お茶 | ■マンナビスケット 麦茶 | せんべい(量たべよ) 牛乳 | ■量型せんべい ▲牛乳 |
| 13 | 水 | 麦入りのごはん 揚げ白身魚の味噌がらめ 根菜の煮物 ●かき玉汁 | ホキ・赤みそ ●卵・豆腐 | 大根・ごぼう・人参・さやいんげん 玉ねぎ・青ねぎ | 米(国産)・押麦 でん粉・油・砂糖 砂糖 | ■醤油・本みりん・だし だし・■醤油 だし・■醤油・塩 | 野菜ハイハイ お茶 | 野菜ハイハイ 麦茶 | 水ようかん★ 牛乳 | 寒天・こしあん 塩 ▲牛乳 |
| 14 | 木 | 大根の和風カレー キャベツのサラダ フルーツ(オレンジ) | 豚肉・■鶏レバー煮込み | 大根・玉ねぎ・人参・まいたけ・えのきたけ キャベツ・コーン・人参 オレンジ | 米(国産)・油 マヨネーズタイプ(卵不使用) | だし・■▲カレールウ | ウエハース お茶 | ■マンナウエハース 麦茶 | 2色ゼリー★ 牛乳 | 寒天・ぶどうジュース 砂糖・ダイゼリー(みかんFe) ▲牛乳 |
| 15 | 金 | 麦入りのごはん サバの塩こうじ焼 もやしと小松菜の和え物 高野豆腐とかぼちゃの煮物 味噌汁 | さば 凍り豆腐 赤みそ | 太もやし・小松菜・人参・コーン かぼちゃ・グリーンピース 玉ねぎ・人参・しめじ | 米(国産)・押麦 油 砂糖 砂糖 | 塩こうじ だし・■醤油 だし・■醤油・料理酒 だし | ハイハイ お茶 | ハイハイ 麦茶 | ごまごま蒸しパン★ 牛乳 | ■小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 白ごま・黒ごま ▲牛乳 |
| 16 | 土 | 中華丼 シューマイ フルーツ(バナナ) | 豚肉 ■しゅうまい | 白菜・玉ねぎ・人参・干しいたけ バナナ | 油・でん粉・米(国産) | 鶏がらスープ・■醤油・塩・料理酒 | | | クラッカー(ルヴァン) 牛乳 | ■クラッカー ▲牛乳 |
| 18 | 月 | お弁当の日 | | | | | ハイハイ お茶 | ハイハイ 麦茶 | ソフトせんべい 牛乳 | ■ソフトせんべい ▲牛乳 |
| 19 | 火 | わかめごはん フライドチキンカレー風味 プロッコリーとかぼちゃのサラダ スープ デザート(ももゼリー) | 鶏肉 | わかめご飯の素 にんにく プロッコリー・かぼちゃ 白菜・チンゲン菜・人参 ももゼリー | 米(国産) ■小麦粉・油 マヨネーズタイプ(卵不使用) | 塩・カレーパウダー 塩 コンソメ | マンナビスケット お茶 | ■マンナビスケット 麦茶 | お誕生会ケーキ(ココア)★ 牛乳 | ■小麦粉・ココアパウダー・ベーキングパウダー・砂糖 豆腐・油・いちごジャム・みかん(缶詰) ▲牛乳 |
| 20 | 水 | ごはん 家畜豆腐 蒸し野菜 中華スープ フルーツ(ハイン缶) | 豚肉・■鶏レバー煮込み・生揚げ・赤みそ | 玉ねぎ・干しいたけ・ピーマン・にんにく・しょうが プロッコリー・人参 白菜・ほうれん草・人参 ハイン缶詰 | 米(国産) 油・砂糖・でん粉 | ■醤油・料理酒・鶏がらスープ 塩 鶏がらスープ | 野菜ハイハイ お茶 | 野菜ハイハイ 麦茶 | 黒糖お麩ラスク★ 牛乳 | ■おつゆ餅・▲バター 黒砂糖 ▲牛乳 |
| 21 | 木 | 麦入りのごはん 赤魚の土佐焼 小松菜のごま和え 切干大根の煮物 味噌汁 | 赤魚・かつお節 ■ちくわ 豆腐・赤みそ | 小松菜・太もやし・人参 切干大根・さやいんげん・干しいたけ 玉ねぎ・青ねぎ | 米(国産)・押麦 砂糖・■小麦粉・油 砂糖・白ごま 砂糖 | ■醤油・本みりん だし・■醤油 だし・■醤油・料理酒 だし | ウエハース お茶 | ■マンナウエハース 麦茶 | きなご黒糖のスコーン★ 牛乳 | ■小麦粉・ベーキングパウダー・きな粉・黒砂糖 砂糖・▲バター・▲牛乳 ▲牛乳 |
| 22 | 金 | ロールパン 鶏肉とさつま芋のシチュー 野菜サラダ フルーツ(オレンジ) | 鶏肉・▲スキムミルク | 玉ねぎ・人参・プロッコリー キャベツ・赤ハブリカ・人参・コーン オレンジ | ■▲ロールパン さつま芋・油 油・砂糖 | ■▲クリームシチューミックス ■酢・■醤油 | ハイハイ お茶 | ハイハイ 麦茶 | ビスケット(シガーフライ) 牛乳 | ■▲シガーフライ ▲牛乳 |
| 25 | 月 | ごはん 鶏肉の照焼 ほうれん草の和え物 かぼちゃと大豆の煮物 味噌汁 | 鶏肉 大豆 赤みそ | ほうれん草・白菜・人参 かぼちゃ 大根・玉ねぎ・人参 | 米(国産) 砂糖・油 砂糖 砂糖 | ■醤油・本みりん だし・■醤油 だし・■醤油・料理酒 だし | ハイハイ お茶 | ハイハイ 麦茶 | りんごゼリー★ 牛乳 | 寒天・りんごジュース 砂糖 ▲牛乳 |
| 26 | 火 | 麦入りのごはん 赤魚の味噌煮 ●小松菜の菜種和え すまし汁 | 赤魚・赤みそ ●卵 | しょうが 小松菜・キャベツ 玉ねぎ・人参・青ねぎ | 米(国産)・押麦 砂糖・ごま油・砂糖 | だし・本みりん ■醤油・だし だし・■醤油・塩 | マンナビスケット お茶 | ■マンナビスケット 麦茶 | ポテトフライあおさ味★ 牛乳 | ■ポテトフライ・油 塩・あおさのり ▲牛乳 |
| 27 | 水 | ごはん 鶏肉ときこの生煮炒め さつま芋の天ぷら 味噌汁 | 鶏肉・■鶏レバー煮込み 豆腐・赤みそ | 玉ねぎ・えのきたけ・しめじ・人参・ピーマン・しょうが ほうれん草・人参 | 米(国産) 油・砂糖 さつま芋・■小麦粉・油 | 鶏がらスープ・■醤油・料理酒 だし | 野菜ハイハイ お茶 | 野菜ハイハイ 麦茶 | きなごマカロニ★ 牛乳 | ■マカロニ・油・きな粉 砂糖・塩 ▲牛乳 |
| 28 | 木 | 麦入りのごはん 白身魚のマヨドレ焼 キャベツのサラダ レンコンきんぴら 味噌汁 | ホキ 赤みそ | コーン・キャベツ・プロッコリー・レモン果汁 れんこん・人参・さやいんげん 玉ねぎ・わかめ | 米(国産)・押麦 ■小麦粉・油・マヨネーズタイプ(卵不使用) 砂糖・オリーブ油 油・砂糖 ■おつゆ餅 | 塩 ■酢・塩・■醤油 だし・■醤油・本みりん・料理酒 だし | ウエハース お茶 | ■マンナウエハース 麦茶 | きなごちまろんずこう風★ 牛乳 | ■小麦粉・きな粉・白ごま 油・砂糖・塩 ▲牛乳 |
| 29 | 金 | ごはん ●豚肉とごぼうの柳川風煮 小松菜の和え物 味噌汁 | 豚肉・●卵 赤みそ | ごぼう・玉ねぎ・人参・グリーンピース 小松菜・白菜・人参 玉ねぎ・かぼちゃ・青ねぎ | 米(国産) 砂糖・でん粉 砂糖 | だし・■醤油・本みりん だし・■醤油 だし | ハイハイ お茶 | ハイハイ 麦茶 | ヨーグルト ブルーベリージャム添え★ お茶 | ▲ヨーグルト・砂糖 ブルーベリージャム 麦茶 |
| 30 | 土 | 肉豆腐丼 もやしの和え物 味噌汁 | 豚肉・豆腐 ■ちくわ・赤みそ | 玉ねぎ・干しいたけ・青ねぎ 太もやし・小松菜・人参 人参 | 砂糖・米(国産) 砂糖 さつま芋 | だし・本みりん・料理酒・■醤油 だし・■醤油 だし | | | ビスケット(たべっ子BABY) 牛乳 | ■たべっ子ハイビスケット ▲牛乳 |

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。