

# 2019年 11月給食献立 幼児

月	火	水	木	金	土
				1	2
				<b>ごはん</b> 精白米 <b>みそカツ</b> ささみ 八丁味噌 <b>五目きんぴら</b> ごぼう レンコン ましたけ 人参 糸こんにゃく ごま <b>かきたま汁</b> 卵 豆腐 えのき 青ねぎ <hr/> <b>おはぎ</b> 精白米 もち米 こしあん きなこ 砂糖 塩	<b>かやくうどん</b> うどん 鶏肉 大根 人参 えのき ほうれん草 <b>柿</b> <hr/> <b>ジャムサンド</b> 食パン ジャム
振替休日	<b>チキンカレー</b> 精白米 鶏肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 <hr/> <b>コールスロー</b> キャベツ きゅうり コーン ハム マヨドレ <b>アロエヨーグルト</b> <hr/> <b>みたらしだんご</b> 白玉粉 上新粉 砂糖 醤油	<b>麦ごはん 昆布の佃煮</b> 精白米 押し麦 昆布 かつお節 <b>鮭の南蛮漬け</b> 鮭 玉ねぎ 人参 ピーマン <b>ブロッコリーのごま和え</b> ブロッコリー すりごま <b>里芋のみそ汁</b> 里芋 大根 京揚げ	<b>ごはん</b> 精白米 <b>ツナコロック</b> じゃがいも ツナ 玉ねぎ <hr/> <b>きゅうりの塩麹漬け</b> きゅうり <b>鯛のすまし汁</b> 鯛 あおさ えのき 青ねぎ <hr/> <b>アップルケーキ</b> りんご 小麦粉 BP 卵 砂糖 パター	<b>ハヤシライス</b> 精白米 牛肉 玉ねぎ 人参 トマト エリンギ <b>かぶの甘酢漬け</b> かぶ かぶの葉 <b>ヨーグルト和え</b> ヨーグルト 煮リンゴ スキムミルク <hr/> <b>ピザトースト</b> 食パン ピーマン 玉ねぎ ケチャップ チーズ ハム	<b>牛丼</b> 精白米 牛肉 青ネギ 玉ねぎ 人参 糸こんにゃく <hr/> <b>大根のみそ汁</b> 大根 京揚げ えのき <hr/> <b>みかん</b> <hr/> <b>クラッカー・チーズ</b>
	4	5	6	7	8
	11	12	13	14	15
<b>秋ちらし寿司</b> 精白米 鮭 ぎんなん しめじ 卵 きゅうり 干し椎茸 のり ごま <b>えびだんごのすまし汁</b> えび 白身すり身 豆腐 えのき かぶの葉 <b>かぶのあっさり漬け</b> かぶ <b>みかん</b> <hr/> <b>やきいも</b> さつまいも	<b>ごはん</b> 精白米 <b>チャーシューの焼き合わせ</b> 豚肩ロースブロック 長ネギ 大根 里芋 生姜 八角 <b>大豆とひじきの煮物</b> 大豆 ひじき 京揚げ 人参 <b>さつまいものみそ汁</b> さつまいも 白菜 えのき <hr/> <b>にんじんクッキー</b> 人参 ホットケーキミックス パター	<b>ごはんと味付けのり</b> 精白米 味付けのり <b>春巻き</b> 豚ミンチ もやし 春雨 干し椎茸 青ネギ 土生姜 <b>冬野菜の豆乳スープ</b> 白菜 かぶ かぶの葉 ベーコン カリフラワー 大豆 人参 <b>バナナ</b> <hr/> <b>フレンチトースト</b> 食パン 卵 牛乳 砂糖 パター	<b>試食会</b> <b>さつまいもごはん</b> 精白米 さつまいも 黒ゴマ <b>肉じゃが</b> 牛肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ 糸こんにゃく <b>アボカドサラダ</b> アボカド 花かつお <b>ほうれん草のみそ汁</b> ほうれん草 豆腐 えのき 京揚げ <b>ココアマフィン</b> ココア 小麦粉 BP 生クリーム パター 牛乳 卵 砂糖	<b>試食会</b> <b>ごはん</b> 精白米 <b>鶏のから揚げ</b> 鶏肉 生姜 <b>さつまいもましたけの卵とじ</b> さつまいも ましたけ 卵 <b>豚汁</b> 豚肉 もやし 豆腐 里芋 青ねぎ 人参 <hr/> <b>じゃこトースト</b> 食パン ちりめん ごま 青のり マヨドレ	<b>試食会</b> <b>焼きそば</b> 中華麺 豚肉 キャベツ 人参 玉ねぎ 青のり <hr/> <b>わかめスープ</b> 生わかめ もやし コーン 青ねぎ 白ごま <b>りんご</b> <hr/> <b>きなこマカロニ</b> マカロニ きなこ 砂糖 塩
18	19	20	21	22	23
<b>ロールパン</b> <hr/> <b>クリームシチュー</b> 鶏肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 ブロッコリー 牛乳 パター <b>かぶのサラダ</b> かぶ かぶの葉 りんご ゴマドレ <b>みかん</b> <hr/> <b>二色おにぎり</b> 精白米 ふりかけ 味付のり 花かつお	<b>親子丼</b> 精白米 鶏肉 玉ねぎ 卵 えのき 青ねぎ 人参 <b>しらすのおろし和え</b> しらす 大根 ごま <hr/> <b>にゅうめん</b> そうめん えのき カニカマ みつば <hr/> <b>大学いも</b> さつまいも 黒ゴマ 砂糖 醤油	<b>十六穀ごはん</b> 精白米 十六穀米 <b>がんもと切り干し大根の                      焼き合わせ</b> がんも チンゲン菜 切干大根 人参 <b>ほうれん草のすまし汁</b> ほうれん草 豆腐 ゆば えのき <b>チョコバナナ</b> バナナ チョコレート <b>ホットケーキ</b> ホットケーキミックス 牛乳 卵 ジャム	<b>ごはん</b> 精白米 <b>天ぷら</b> いわし ちくわ 青のり れんこん さつまいも <b>小松菜の土佐煮</b> 小松菜 人参 京揚げ 花かつお <b>豆腐のみそ汁</b> 豆腐 生わかめ 京あげ <hr/> <b>じゃがいももち</b> じゃがいも 片栗粉 砂糖 醤油	<b>いなり寿司</b> 精白米 すし揚げ 人参 ひじき ごま <b>いも汁</b> 里芋 鶏肉 大根 人参 青ねぎ こんにゃく <hr/> <b>りんご</b> <hr/> <b>ホットドッグ</b> ロールパン ウインナー キャベツ ケチャップ	勤 労 感 謝 の 日
25	26	27	28	29	30
<b>ごはん</b> 精白米 <b>ハンバーグ</b> 合ミンチ 玉ねぎ 卵 <b>大根と里芋のうま煮</b> 大根 里芋 人参 マグロフレーク <b>キャベツのみそ汁</b> キャベツ ちくわ <hr/> <b>あべかわもち</b> 白玉粉 上新粉 きなこ 砂糖 塩	<b>麦ごはん</b> 精白米 押し麦 <b>筑前煮</b> 鶏肉 ごぼう レンコン じゃがいも 人参 こんにゃく 干しいたけ <b>汁麩のすまし汁</b> 麩 あおさ えのき 青ねぎ <b>柿</b> <hr/> <b>黒糖蒸しパン</b> 黒糖 小麦粉 BP 豆乳 サラダ油 卵	<b>栗ごはん</b> 精白米 もち米 栗 ごま塩 <b>さんまの塩焼き</b> <b>大根おろし</b> さんま 大根 <b>高野豆腐の煮物</b> 高野豆腐 玉ねぎ 人参 <b>長いものすまし汁</b> 長いも ほうれん草 京揚げ <hr/> <b>ハムマフィン</b> 豆腐 ハム 小麦粉 BP ケチャップ 砂糖 塩	<b>ちゃんぽん類</b> 中華めん 豚肉 キャベツ もやし 人参 青ねぎ <hr/> <b>しゅうまい</b> <hr/> <b>フルーツ杏仁</b> 牛乳 寒天 りんご 黄桃缶 <hr/> <b>きなこあげパン</b> ロールパン きなこ 砂糖 塩 白絞油	<b>ごはん</b> 精白米 <b>おでん</b> 大根 じゃがいも 平天 絹揚げ ウインナー <b>フルーツサラダ</b> りんご 柿 キャベツ きゅうり ゴマドレ <b>白菜のみそ汁</b> 白菜 京揚げ わかめ <b>ラスク</b> 食パン パター 砂糖	お 弁 当 日 <hr/> <b>ライブスケット</b>