



11月献立表



令和3年10月21日

甲ノ原保育園

曜日	日付	未満児 おやつ	給食	おやつ	主材料
月	1 15 29	野菜 ジュース	鮭ときのこの醤油バターパスタ ゆで野菜のゴマネーズ チンゲン菜のスープ バナナ	ココア揚げパン 牛乳	スパゲティー・ベーコン・鮭・人参 えのき・しめじ・しいたけ・にんにく・バター・ブロッコリー じゃが芋・きゅうり・ツナ・マヨドレ・ごま・チンゲン菜 玉ねぎ・ショートロール・ココア
火	2 16 30	オレンジ ジュース	ごはん チキン南蛮 千切りサラダのサラダ かぶとしめじのスープ・りんご	もちもちチーズパン 豆乳	精白米・胚芽米・鶏肉・米粉・マヨドレ・玉ねぎ・牛乳 きゃべつ・人参・大根・しらす・ごま油 かぶ・しめじ・ホットケーキMIX・白玉粉・チーズ かぶの葉・きゅうり
水	17	牛乳	ごはん れんこん入りつくね レタスのオイスター炒め じゃが芋と玉ねぎのみそ汁・オレンジ	ふんわり米粉ケーキ 野菜ジュース	精白米・胚芽米・鶏肉・ねぎ・れんこん・しょうが 牛乳・片栗粉・レタス・ベーコン・人参・玉ねぎ しめじ・オイスターソース・じゃが芋 米粉・ベーキングパウダー・メープルシロップ
木	4 18	豆乳	ツナコーンサンド ミネストローネ ヨーグルト	鶏そぼろごはん 麦茶	ショートロール・ツナ・コーン・マヨドレ・牛乳 鶏肉・マカロニ・玉ねぎ・人参・大豆・ホールトマト 精白米・胚芽米・ねぎ
金	5 19	野菜 ジュース	わかめごはん 野菜のナムル さつま汁 ヨーグルト	チョコチップクッキー 牛乳	精白米・胚芽米・炊き込みわかめ・もやし・きゅうり 人参・鶏肉・ごま油・鶏肉・さつまいも・大根 こんにゃく・豆腐・玉ねぎ・油揚げ・ねぎ ホットケーキMIX・バター・練乳・チョコ
			ごはん 鯖の塩焼き 野菜のナムル さつま汁・かき		精白米・胚芽米・さば・もやし・きゅうり 人参・鶏肉・ごま油・鶏肉・さつまいも・大根 こんにゃく・豆腐・玉ねぎ・油揚げ・ねぎ ホットケーキMIX・バター・練乳・チョコ
土	6 20	オレンジ ジュース	野菜ラーメン まっ白サラダ ヨーグルト	にんじんごはん 麦茶	中華麺・豚肉・きゃべつ・もやし・人参 じゃが芋・りんご・きゅうり・マヨドレ・メープルシロップ 精白米・胚芽米・パセリ・バター・牛乳
月	8 22	オレンジ ジュース	ごはん マーボー豆腐 春雨つるつるサラダ ワンタンスープ・バナナ	いちごクリームサンド 豆乳	精白米・胚芽米・豆腐・豚肉・人参・しいたけ・ねぎ しょうが・にんにく・ごま油・片栗粉・春雨 きゅうり・コーン・もやし・ごま・白菜・玉ねぎ・ベーコン しゅうまいの皮・食パン・いちごジャム・生クリーム
火	9	豆乳	ごはん かじきのトマトソース焼き かぼちゃのそぼろ煮 大根と油揚げのみそ汁・かき	キャロット カップケーキ りんごジュース	精白米・胚芽米・かじき・小麦粉・ホールトマト・玉ねぎ にんにく・かぼちゃ・鶏肉・いんげん 大根・油揚げ・ホットケーキMIX・人参・牛乳
水	10 24	野菜 ジュース	ごはん 豚肉とこんにゃくの味噌炒め 高野豆腐いりごま和え ブロッコリーのスープ・りんご	さつまいもチップス 牛乳	精白米・胚芽米・豚肉・ねぎ・玉ねぎ・人参 こんにゃく・しめじ・ごま油・ほうれん草 高野豆腐・ごま・ブロッコリー・さつまいも
木	11	りんご ジュース	★☆☆お誕生日会☆☆★ ☆☆七五三ランチ☆☆★		
	25		ごはん 鶏肉の照り焼き ほうれん草とツナの和え物 厚揚げのみそ汁・オレンジ	チーズケーキ 豆乳	精白米・胚芽米・鶏肉・ほうれん草・もやし ツナ・厚揚げ・玉ねぎ・ホットケーキMIX・バター チーズ・ヨーグルト・レモン汁
金	12 26	牛乳	シュガーマーガリンパン コロコロ野菜のサラダ クリームシチュー ヨーグルト	焼きうどん 麦茶	ショートロール・マーガリン・レタス・きゅうり・人参 大根・トマト・ベーコン・鶏肉・さつまいも・玉ねぎ コーン・パセリ・バター・米粉・牛乳 うどん・豚肉・きゃべつ・しめじ・かつおぶし
土	13 27	オレンジ ジュース	煮込みうどん 里芋とツナのサラダ ヨーグルト	コーンごはん 麦茶	うどん・鶏肉・ねぎ・人参・しいたけ・竹輪・ごま油 里芋・ツナ・きゅうり・青のり・マヨドレ・牛乳 精白米・胚芽米・バター・コーン

給食室
から

・エネルギー 570kcal

・たんぱく質 21.4g

・脂質 19.9g

今月は、11日がお誕生日会の為別献立になります。今月のお弁当箱ランチは12日です。

材料の仕入れ都合により献立を変更する場合があります。

1ヶ月2サイクルの献立にし、初回の喫食状況をみて、次回の調理法を検討し、工夫しています。



