

# 2022年 11月給食献立 幼児

月	火	水	木	金
	1	2	3	4
	<b>赤飯</b> 精白米 もち米 小豆 <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 キュウリ ゴマドレ <b>鯛のすまし汁</b> 鯛 カットわかめ えのき 青ねぎ <b>ピザトースト</b> 食パン ビーマン 玉ねぎ ケチャップ チーズ ハム	<b>チキンカレー</b> 精白米 鶏肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 <b>コールスロー</b> キャベツ キュウリ コーン シーチキン マヨドレ <b>アロエヨーグルト</b> ----- <b>ココアマフィン</b> ココア 小麦粉 BP 生クリーム バター 牛乳 卵 砂糖	文化の日	<b>お弁当ランチ</b> <b>ごはん</b> と味付けのり 精白米 <b>鶏のから揚げ</b> 鶏肉 生姜 <b>五日きんぴら</b> ごぼう まいたけ 人参 糸こんにゃく ごま <b>ブロッコリー</b> ----- <b>聖</b> <b>ツナサンド</b> 食パン シーチキン 玉ねぎ マヨドレ
	7	8	9	10
<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 <b>しゅうまい</b> <b>フルーツ杏仁</b> 牛乳 寒天 りんご 黄桃缶 <b>人参クッキー</b> 人参 ホットケーキミックス バター	<b>ごはん</b> 精白米 <b>みそカツ</b> ささみ 八丁味噌 <b>さつまいも</b> と <b>まいたけの卵とじ</b> さつまいも まいたけ 卵 <b>豚汁</b> 豚肉 もやし 豆腐 里芋 青ねぎ 人参 <b>きなこあげパン</b> ロールパン きなこ 砂糖 塩 白絞油	<b>牛丼</b> 精白米 牛肉 青ネギ しめじ 玉ねぎ 人参 糸こんにゃく <b>しらすのおろし和え</b> しらす 大根 <b>にゅうめん</b> そうめん えのき カニカマ みつば <b>みたらしだんご</b> 白玉粉 上新粉 砂糖 醤油	<b>十六穀ごはん</b> 精白米 十六穀米 <b>つぶら</b> えび かぼちゃ さつまいも 玉ねぎ 卵 <b>大豆とひじきの煮物</b> 大豆 ひじき 京揚げ 人参 <b>キャベツのみそ汁</b> キャベツ ちくわ <b>ごまクッキー</b> ごま ホットケーキミックス バター	<b>ごはん</b> と <b>昆布佃煮</b> 精白米 昆布 かつお節 <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>りんご</b> <b>フレンチトースト</b> 食パン 卵 牛乳 砂糖 バター
14	15	16	17	18
試食会	試食会	試食会		
<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>黒糖蒸しパン</b> 黒糖 小麦粉 BP 豆乳 サラダ油 卵	<b>ごはん</b> と <b>ふりかけ</b> 精白米 かつおふりかけ <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 <b>ほうれん草のごま和え</b> ほうれん草 ごま <b>汁麩のすまし汁</b> 麩 キャベツ えのき <b>みかん</b> <b>アップルケーキ</b> りんご 小麦粉 BP 卵 砂糖 バター	<b>寒ごはん</b> 精白米 押し麦 <b>鮭の南蛮漬け</b> 鮭 玉ねぎ 人参 ビーマン <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 <b>大学芋</b> さつまいも 黒ゴマ 砂糖 醤油	<b>ごはん</b> 精白米 <b>さわらの照り焼き</b> さわら 生姜 <b>高野豆腐の煮物</b> 高野豆腐 玉ねぎ 人参 <b>じゃがいものみそ汁</b> じゃがいも 玉ねぎ <b>おはぎ</b> 精白米 もち米 こしあん きなこ 砂糖 塩	<b>ごはん</b> 精白米 <b>ツナコロケ</b> じゃがいも ツナ 玉ねぎ <b>切干大根煮</b> 切干大根 人参 京揚げ <b>白菜のみそ汁</b> 白菜 京揚げ わかめ <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
21	22	23	24	25
<b>秋ちらし寿司</b> 精白米 秋サバ ぎんなん しめじ キュウリ 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>植</b> <b>あべかわもち</b> 白玉粉 上新粉 きなこ 砂糖 塩	<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 <b>キュウリのピクルス漬け</b> キュウリ 赤パプリカ 黄パプリカ <b>植</b> <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	勤労感謝の日	<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>白菜の塩麩漬け</b> 白菜 <b>長いものすまし汁</b> 長いも ほうれん草 京揚げ <b>じゃがいももち</b> じゃがいも 片栗粉 砂糖 醤油	<b>ロールパン</b> <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 <b>かぶのサラダ</b> かぶ かぶの葉 カニカマ ゴマドレ <b>りんご</b> <b>三色おにぎり</b> 精白米 ふりかけ 味付のり 花かつお
28	29	30		
<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>大根の甘酢漬け</b> 大根 <b>ヨーグルト和え</b> ヨーグルト 煮りんご スキムミルク <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>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>ほうれん草のすまし汁</b> ほうれん草 豆腐 ゆば えのき <b>やまいも</b> さつまいも	<b>十六穀ごはん</b> 精白米 十六穀米 <b>がんもど切り干し大根の                      炊き合わせ</b> がんも チンゲン菜 切干大根 人参 <b>さつまいものみそ汁</b> さつまいも 白菜 えのき <b>チョコバナナ</b> バナナ チョコレート <b>ラスク</b> 食パン バター 砂糖		