

11月献立表

令和6年 11月

[未満児]

		18(月)	19(火)	20(水)	21(木)	22(金)	23(土)	25(月)
9時	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳		牛乳 普通牛乳
	おやついりこ(朝) かえりちりめん	キャンデーチーズ キャンデーチーズ	コーンフレーク コーンフレーク	炭酸せんべい 炭酸せんべい	バナナ バナナ			じゃこ しらす干し
昼食	シーフードカレー 米 米粒麦 しばえび こういか じゃがいも たまねぎ にんじん マッシュルーム水煮缶詰 カレールー グリーンピース コンソメ	麦ご飯 米 米粒麦 れんこんのはさみ焼き 鶏ひき肉 たまねぎ 生しいたけ しょうが パン粉 食塩 調合油 みりん風調味料 こいくちしょうゆ	麦ご飯 米 米粒麦 カニたま風卵焼き 鶏卵 かに風味かまぼこ 生しいたけ 調合油 葉ねぎ 食塩 鶏がらスープ うすくちしょうゆ 車糖 穀物酢 かたくり粉	納豆ごはん 米 米粒麦 糸引き納豆 こいくちしょうゆ カレイの味噌焼き まがれい 清酒 淡色辛みそ 本みりん 車糖	★ 誕生会 ★ 栗ご飯 米 もち米 むき栗 食塩 清酒 黒ごま はんぺんのチーズフライ はんぺん スライスチーズ 薄力粉 鶏卵 パン粉 なたね油	★ 祝日 ★		ロールパン ロールパン ひき肉のトマトグラタン あいびき マカロニ たまねぎ にんにくおろし トマト缶詰 普通牛乳 ホワイトソース ピザチーズ 調合油 コンソメ パセリ
	生野菜サラダ レタス きゅうり トマト たまねぎ 和風ドレッシング	キャベツと胡瓜の酢の物 キャベツ にんじん きゅうり 穀物酢 食塩 車糖	大根サラダ 大根 カットわかめ まぐろ缶詰 青しそドレッシング	筑前煮 鶏もも ごぼう にんじん れんこん たけのこ水煮 生しいたけ さやいんげん 板こんにやく こいくちしょうゆ 本みりん	筑前煮 鶏もも ごぼう にんじん れんこん たけのこ水煮 生しいたけ さやいんげん 板こんにやく こいくちしょうゆ 本みりん	スパゲッティサラダ マカロニ・スパゲッティ たまねぎ きゅうり スイートコーン ロースハム マヨネーズ		レタスと卵のスープ 鶏卵 レタス ぶなしめじ ベーコン コンソメ
	桃のヨーグルト もも缶詰 ヨーグルト	なめこ汁 なめこ ソフト豆腐 切りみつば 淡色辛みそ 混合だし	みそ汁・ ソフト豆腐 えのきたけ カットわかめ 淡色辛みそ 混合だし	にら玉汁 にら 鶏卵 焼き抜きかまぼこ こいくちしょうゆ 食塩 混合だし かたくり粉	にら玉汁 にら 鶏卵 焼き抜きかまぼこ こいくちしょうゆ 食塩 混合だし かたくり粉	すまし汁・ おつゆ麩 切りみつば カットわかめ こいくちしょうゆ 食塩 混合だし 焼き抜きかまぼこ		ヨーグルト(ブルーベリーソース) ヨーグルト ブルーベリージャム
	牛乳おやつ 普通牛乳	牛乳おやつ 普通牛乳	牛乳おやつ 普通牛乳	かぼちゃのスープ 西洋かぼちゃ たまねぎ マーガリン コンソメ 水 普通牛乳 食塩	牛乳おやつ 普通牛乳			麦茶 麦茶
	焼きそば(おやつ) 蒸し中華めん 調合油 豚ばら にんじん たまねぎ キャベツ 青ピーマン 食塩 こしょう 焼きそばソース あおのり	カスタードサンドパン ロールパン 鶏卵 普通牛乳 マーガリン 車糖 薄力粉	フルーツポンチ バナナ りんご みかん缶詰 キウイフルーツ もも缶詰	スナックパン スナックパン	アニマルポテト さつまいも ビスケット マリー パフパイ ラムネ 干しぶどう 普通牛乳 マーガリン 車糖			炊き込みご飯(おやつ) 米 ごぼう ぶなしめじ 油揚げ 鶏もも こいくちしょうゆ 本みりん 食塩 にんじん うすくちしょうゆ
	成分値	＜一日合計＞ エネルギー : 559 kcal 脂質 : 16.8 g たんぱく質 : 20.4 g 塩分 : 1.8 g カルシウム : 350 mg	550 kcal 20.4 g 22.2 g 1.9 g 362 mg	471 kcal 17.0 g 20.8 g 2.2 g 305 mg	455 kcal 11.4 g 21.7 g 1.9 g 209 mg	629 kcal 21.6 g 21.9 g 2.3 g 337 mg	0 kcal 0.0 g 0.0 g 0.0 g 0 mg	483 kcal 17.2 g 21.1 g 1.9 g 294 mg
		26(火)	27(水)	28(木)	29(金)	30(土)		
9時	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳		
	スティック人参 にんじん	ジャムヨーグルト ヨーグルト いちごジャム	おやつ昆布(朝) おやつこぶ	おやついりこ(朝) かえりちりめん	炭酸せんべい 炭酸せんべい			
昼食	麦ご飯 米 米粒麦 鶏のつくね焼き 鶏ひき肉 たまねぎ 食塩 料理酒 こしょう しょうが パン粉 鶏卵 調合油 混合だし 車糖 みりん風調味料 こいくちしょうゆ かたくり粉	麦ご飯 米 米粒麦 鮭の塩焼き しろさけ 食塩 白和え 板こんにやく にんじん 生しいたけ ソフト豆腐 ほうれんそう 淡色辛みそ こいくちしょうゆ 車糖 ごま	麻婆丼 米 米粒麦 ソフト豆腐 あいびき たまねぎ にんじん たけのこ水煮 根深ねぎ 生しいたけ 赤だしみそ こいくちしょうゆ ごま油 かたくり粉 鶏がらスープ オイスターソース しょうが にんにくおろし 清酒	麦ご飯 米 米粒麦 とんとん天 豚もも 食塩 しょうが 料理酒 薄力粉 鶏卵 水 しそ 調合油 春雨の酢の物 緑豆はるさめ きゅうり りよくとうもやし ロースハム 穀物酢 車糖 食塩 ごま油 こいくちしょうゆ	あんかけ焼きそば 蒸し中華めん 調合油 豚もも にんじん たまねぎ 生しいたけ りよくとうもやし 食塩 こしょう うすくちしょうゆ 本みりん 鶏がらスープ 青ピーマン			
	レコンのカレー炒め れんこん カレー粉 こいくちしょうゆ 食塩 調合油 にんじん	味噌汁・ 大根 カットわかめ 葉ねぎ 淡色辛みそ 混合だし 油揚げ	白菜のお浸し はくさい にんじん かつお削り節 車糖 こいくちしょうゆ	すまし汁 ソフト豆腐 切りみつば カットわかめ こいくちしょうゆ 食塩 混合だし	わかめスープ カットわかめ たまねぎ こねぎ ごま だし 食塩 うすくちしょうゆ			
	さつまいも 板こんにやく 油揚げ たまねぎ 葉ねぎ 淡色辛みそ 混合だし	旬のフルーツ ..	中華スープ・ チンゲンサイ 生しいたけ りよくとうもやし 鶏がらスープ 食塩 こしょう こいくちしょうゆ	すまし汁 ソフト豆腐 切りみつば カットわかめ こいくちしょうゆ 食塩 混合だし	カップゼリー ゼリー			
	牛乳おやつ 普通牛乳	牛乳おやつ 普通牛乳	牛乳おやつ 普通牛乳	牛乳おやつ 普通牛乳	牛乳おやつ 普通牛乳	牛乳おやつ 普通牛乳		
ピザトースト 食パン ケチャップ たまねぎ 青ピーマン ベーコン 食塩 こしょう ピザチーズ	ラスク フランスパン マーガリン グラニュー糖	マンゴーゼリー マンゴー 車糖	ビスコ ビスコ	ふかし芋 寒天 キャンデーチーズ キャンデーチーズ	野菜かすてら カステラ キャンデーチーズ キャンデーチーズ			
成分値	＜一日合計＞ エネルギー : 526 kcal 脂質 : 19.0 g たんぱく質 : 23.8 g 塩分 : 2.1 g カルシウム : 335 mg	451 kcal 12.3 g 20.3 g 1.9 g 265 mg	465 kcal 16.2 g 16.7 g 1.3 g 324 mg	567 kcal 21.4 g 26.1 g 1.5 g 350 mg	512 kcal 15.9 g 19.3 g 1.5 g 312 mg			

*都合により献立を変更することがあります。