

11月の献立表

阿佐谷保育園 1歳

午前、午後に牛乳がつきます。ヨーグルト、牛乳を主とした献立のときは麦茶になります。

2017年度

午前食

午後食

1 15 29 (水)	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・味噌汁 (大根、ちんげん菜、煮干し、味噌) ・肉団子と厚揚げの含め煮 (玉葱、人参、干し椎茸、じゃが芋、厚揚げ、豚挽肉、卵、パン粉、だし、砂糖、塩、醤油、鮭、みりん) ・五目お浸し (人参、小松菜、もやし、コーン、白胡麻、だし、醤油) 	<ul style="list-style-type: none"> ・さつま芋サンド (食パン、さつま芋、バター、砂糖、塩) ・青のりポテトフライ (じゃが芋、青のり、小麦粉、片栗粉、塩、なたね油) ・果物
2 16 30 (木)	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・味噌汁 (キャベツ、人参、煮干し、味噌) ・焼き魚 (魚、塩、醤油、酒) ・炒り鶏 (人参、大根、ごぼう、隠元、干し椎茸、里芋、こんにやく、鶏もも肉、胡麻油、だし、砂糖、塩、醤油、酒) ・小松菜の磯和え (小松菜、海苔、だし、醤油) 	<ul style="list-style-type: none"> ・フレンチトースト (食パン、卵、牛乳、バター、砂糖) ・人参のドレッシング和え (人参、胡麻油、砂糖、醤油、米粉) ・果物
17 (金)	<ul style="list-style-type: none"> ・味噌煮込みうどん (乾麺、玉葱、長葱、人参、大根、しめじ、青菜、豆腐、鶏もも肉、なたね油、だし、砂糖、塩、味噌) ・車麩の煮揚げ (車麩、小麦粉、なたね油、砂糖、塩、醤油、酒) ・ヨーグルト 	<ul style="list-style-type: none"> ・ビビンバ丼 (人参、にんにく、生姜、もやし、胡瓜、牛挽肉、白胡麻、胡麻油、砂糖、醤油、味噌、酒、みりん) ・果物
4 18 (土)	<ul style="list-style-type: none"> ・チキンライス ・野菜スープ (4日) ・小松菜サラダ ・サンドイッチ ・野菜スープ (18日) ・青のりポテト 	<ul style="list-style-type: none"> ・土曜献立
6 20 (月)	<ul style="list-style-type: none"> ・ポークハヤシ (米、麦、玉葱、人参、セロリ、マッシュルーム、にんにく、トマト缶、豚小間肉、バター、小麦粉、砂糖、塩、ケチャップ、ソース) ・大根わかめサラダ (大根、わかめ、ツナ缶、胡麻油、砂糖、塩、醤油、米粉) 	<ul style="list-style-type: none"> ・アップルケーキ (小麦粉、ベーキングパウダー、りんご、卵、牛乳、なたね油、砂糖) ・ヨーグルト ・果物
7 21 (火)	<ul style="list-style-type: none"> ・食パン ・野菜スープ (人参、キャベツ、しめじ、青菜、だし、塩、醤油) ・ミートローフ (玉葱、牛挽肉、豚挽肉、牛乳、パン粉、塩、ケチャップ、ソース) ・人参グラッセ (人参、バター、砂糖) ・粉ふき芋 (じゃが芋、塩) 	<ul style="list-style-type: none"> ・五目おにぎり (米、麦、人参、水菜、干し椎茸、鶏挽肉、だし、砂糖、塩、醤油、みりん) ・ふかし芋 (さつま芋) ・果物
8 22 (水)	<ul style="list-style-type: none"> ・ごぼうの炊き込みご飯 (米、麦、人参、ごぼう、糸こんにやく、油揚げ、砂糖、醤油、酒) ・味噌汁 (じゃが芋、しめじ、小葱、煮干し、味噌) ・豆腐の小判揚げ (人参、小葱、干し椎茸、木綿豆腐、鶏挽肉、帆立缶、卵、片栗粉、塩、オイスターソース) ・キャベツサラダ (キャベツ、胡瓜、ハム、レモン汁、塩、ノンエッグマヨネーズ) 	<ul style="list-style-type: none"> ・チーズ蒸しパン (小麦粉、ベーキングパウダー、プロセスチーズ、牛乳、なたね油、砂糖) ・隠元の揚げ浸し (隠元、白胡麻、なたね油、だし、醤油) ・果物
9 (木)	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・すまし汁 (長葱、えのき茸、わかめ、だし、塩、醤油) ・鮭のちゃんちゃん焼き (鮭、玉葱、人参、キャベツ、しめじ、じゃが芋、バター、砂糖、醤油、味噌、酒、みりん) ・小松菜のおかか和え (小松菜、かつお節、だし、醤油) 	<ul style="list-style-type: none"> ・ショートブレッド (小麦粉、ベーキングパウダー、ヨーグルト、バター、砂糖) ・塩もみ胡瓜 (胡瓜、塩) ・果物
10 24 (金)	<ul style="list-style-type: none"> ・ミートソーススパゲッティ (スパゲティ、玉葱、人参、ピーマン、セロリ、にんにく、マッシュルーム、トマト缶、豚挽肉、小麦粉、バター、なたね油、だし、塩、トマトケチャップ) ・ポテトサラダ (胡瓜、じゃが芋、ハム、ノンエッグマヨネーズ、塩) 	<ul style="list-style-type: none"> ・鮭おにぎり (米、麦、鮭) ・大根の煮揚げ (大根、小麦粉、だし、なたね油、砂糖、醤油) ・果物
11 25 (土)	<ul style="list-style-type: none"> ・ハヤシライス ・クリームポテト (11日) ・小松菜サラダ ・クリームライス (25日) ・ブロッコリーコーンサラダ 	<ul style="list-style-type: none"> ・土曜献立
13 27 (月)	<ul style="list-style-type: none"> ・納豆ご飯 (米、麦、人参、青菜、納豆、だし、醤油) ・味噌汁 (しめじ、えのき茸、煮干し、味噌) ・じゃが芋と鶏肉の揚げ煮 (じゃが芋、隠元、鶏もも肉、なたね油、片栗粉、砂糖、醤油、酒) ・わかめ酢 (胡瓜、わかめ、しらす、砂糖、塩、醤油、米粉) 	<ul style="list-style-type: none"> ・ホットケーキ (小麦粉、ベーキングパウダー、牛乳、バター、砂糖) ・ブロッコリーのおかか和え (ブロッコリー、かつお節、だし、醤油) ・果物
14 28 (火)	<ul style="list-style-type: none"> ・食パン ・コーンクリームスープ (玉葱、人参、マッシュルーム、コーンクリーム缶、じゃが芋、牛乳、なたね油、塩) ・魚のパン粉焼き (魚、パン粉、小麦粉、オリーブ油、塩、酒) ・キャベツサラダ (キャベツ、胡瓜、ハム、なたね油、砂糖、塩、米粉) 	<ul style="list-style-type: none"> ・ふりかけおにぎり (米、麦、しらす、ゆかり、かつお節、白胡麻、青のり、わかめ) ・人参とこんにやくの味噌和え (人参、こんにやく、砂糖、味噌、酒、みりん) ・果物

※材料の都合により献立を変更することがありますのであらかじめご了承下さい。

※土曜日は幼児給食を展開し、1歳児に合わせた食事を提供します。

今月の旬の食材

さつま芋、里芋、ごぼう、人参、かぶ、長葱、ほうれん草、青梗菜、ブロッコリー