

11月の献立表

阿佐谷保育園 1歳

毎食牛乳が付きまます。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。

2018年度

午前食

午後食

1	・ご飯 ・味噌汁 (小町麩、小松菜、煮干し、味噌)	・きなこ揚げパン (ロールパン、きな粉、なたね油、砂糖)
15	・松風焼き (パン粉、長葱、生姜、白胡麻、鶏挽肉、豚挽肉、だし、砂糖、味噌、みりん、酒)	・人参の煮物 (人参、だし、砂糖、醤油)
29	・わかめとピーマンの炒り煮 (ピーマン、わかめ、しらす、胡麻油、砂糖、塩、醤油)	・果物
(木)	・牛ごぼう煮 (ごぼう、牛バラ肉、煮干し、砂糖、醤油、みりん)	
2	・スープパゲッティ (スパゲッティ、小麦粉、玉葱、人参、にんにく、ピーマン、セロリ、マッシュルーム、鶏もも肉、バター、なたね油、だし、塩、醤油)	・鮭おにぎり (米、麦、鮭、白胡麻)
16		・塩もみ胡瓜 (胡瓜、塩)
30	・ペイクドポテト (じゃが芋、玉葱、ツナ、ハム、シュレッドチーズ、塩)	・果物
(金)	・ミニトマト	
17	・サンドイッチ ・野菜スープ	・土曜献立
(土)	・青のりポテト ・果物	
5	・カレーライス	・さつま芋蒸しパン
19	(米、麦、じゃが芋、小麦粉、玉葱、人参、にんにく、生姜、セロリ、トマト缶、鶏もも肉、なたね油、バター、塩、カレー粉)	(小麦粉、ベーキングパウダー、さつま芋、卵、牛乳、なたね油、砂糖)
(月)	・ごぼうサラダ (ごぼう、赤ピーマン、ハム、白すり胡麻、ノンエッグマヨネーズ、塩)	・大根のサワー漬け (大根、昆布、胡麻油、砂糖、醤油、米酢)
6	・食パン ・茹でブロッコリー (ブロッコリー、塩)	・ふりかけおにぎり
20	・野菜スープ (人参、キャベツ、セロリ、マッシュルーム、なたね油、だし、塩、醤油)	(米、麦、ゆかり、白胡麻、青のり、わかめ、しらす、かつお節)
(火)	・鮭のムニエル (小麦粉、鮭、バター、塩、醤油、酒)	・厚揚げの煮物 (厚揚げ、だし、砂糖、醤油)
	・ジャーマンポテト (じゃが芋、玉葱、ベーコン、なたね油、塩)	・果物
7	・ご飯 ・味噌汁 (玉葱、人参、小葱、煮干し、味噌)	・はちみつバターパン (食パン、はちみつ、バター)
21	・豆腐ハンバーグ (玉葱、干し椎茸、木綿豆腐、鶏挽肉、片栗粉、だし、砂糖、塩、醤油、みりん)	・ブロッコリーのおかか和え (ブロッコリー、かつお節、醤油)
(水)	・ひじきの炒り煮 (人参、長ひじき、油揚げ、鶏もも肉、煮干し、なたね油、砂糖、醤油、みりん)	・果物
	・小松菜とツナの胡麻和え (小松菜、ツナ、白すり胡麻、醤油、ノンエッグマヨネーズ)	
8	・ご飯 ・味噌汁 (じゃが芋、玉葱、わかめ、煮干し、味噌)	・胡麻クッキー
22	・魚の蒲焼き (小麦粉、片栗粉、魚、なたね油、だし、砂糖、醤油、酒)	(小麦粉、ベーキングパウダー、白胡麻、牛乳、バター、砂糖、塩)
(木)	・キャベツのささみ和え (キャベツ、青菜、コーン、鶏ささみ、だし、胡麻油、塩、醤油、酒)	・大根のしらすドレッシング和え (大根、しらす、昆布、胡麻油、砂糖、醤油、米酢)
	・白滝と人参の炒り煮 (白滝、人参、白胡麻、胡麻油、だし、砂糖、醤油)	・果物
9	・味噌煮込みうどん (乾麺、玉葱、人参、大根、南瓜、しめじ、小葱、豆腐、鶏もも肉、なたね油、だし、砂糖、塩、味噌)	・米飯お好み焼き (米、麦、小麦粉、人参、キャベツ、しらす、胡麻油、だし、塩)
(金)	・車麩の煮揚げ (車麩、小麦粉、なたね油、砂糖、塩、醤油、酒)	・胡瓜のゆかり和え (胡瓜、ゆかり、塩)
	・かぶ酢 (かぶ、わかめ、昆布、砂糖、塩、醤油、米酢)	・果物
	・ミニトマト ・ヨーグルト	
10	・ハヤシライス ・クリームポテト (10日)	
24	・ズッキーニとベーコンのソテー ・果物	
(土)	・クリームライス (24日)	
	・胡瓜サラダ ・果物	
12	・豚丼	・フレンチトースト
26	(米、麦、じゃが芋、白滝、玉葱、人参、小葱、豚もも肉、なたね油、だし、砂糖、醤油、酒、みりん)	(食パン、卵、牛乳、バター、砂糖)
(月)	・胡瓜のナムル (胡瓜、人参、もやし、コーン、昆布、胡麻油、砂糖、塩、醤油)	・蒸し南瓜
	・大豆と昆布の煮物 (大豆、昆布、砂糖、塩)	・果物
13	・食パン	・スイートポテト
27	・野菜スープ (玉葱、人参、キャベツ、マッシュルーム、なたね油、だし、塩、醤油)	(さつま芋、卵、牛乳、バター、砂糖)
(火)	・ハンバーグトマトソース (パン粉、片栗粉、玉葱、トマト缶、豚挽肉、牛乳、塩、ケチャップ、ソース)	・炒めブロッコリー (ブロッコリー、にんにく、なたね油、塩、醤油)
	・マカロニサラダ (サラダマカロニ、じゃが芋、人参、胡瓜、ツナ、塩、ノンエッグマヨネーズ)	・果物
14	・ご飯 ・すまし汁 (長葱、わかめ、豆腐、だし、塩、醤油)	・アップルケーキ
28	・魚の変わり西京焼き (魚、白胡麻、砂糖、味噌、ノンエッグマヨネーズ)	(小麦粉、ベーキングパウダー、りんご、卵、牛乳、バター、なたね油、砂糖)
(水)	・切干大根煮 (人参、切干大根、大豆缶、油揚げ、煮干し、胡麻油、砂糖、醤油、みりん)	・酢ごぼう (ごぼう、煮干し、砂糖、醤油、米酢)
	・ブロッコリーのおかか和え (ブロッコリー、かつお節、醤油)	・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。

今月使用している旬の食材

かぶ、玉葱、ちんげん菜、人参、ブロッコリー、さつま芋、じゃが芋、さわら、鮭、柿、みかん、りんご