

献立表

2021年度11月

1歳児

阿佐谷保育園

日	曜	献立	3色分類		
			あか(体をつくる・血や肉になる)	黄(力や体温のもとになる)	みどり(体の調子を整える)
1	15 29	豚丼 ひじきとコーンのナムル 煮豆 牛乳	豚ひき肉 ひじき いんげんまめ 牛乳	米 大麦 なたね油 しらたき じゃが芋 三温糖 ごま油 白すりごま	人参 小葱 玉葱 きゅうり コーン
		ミルクトースト 人参のおかか和え 果物 牛乳	牛乳 かつお節	食パン 三温糖 バター	人参
2	16 30	食パン 野菜スープ 照り焼きハンバーグ マカロニサラダ 牛乳	豚ひき肉 牛ひき肉赤身 ツナ缶 牛乳	食パン パン粉 豆乳 三温糖 片栗粉 サラダマカロニ じゃが芋 マヨネーズ(卵不使用)	キャベツ にんじん 玉葱 マッシュルーム きゅうり 人参
		ゆかりおにぎり さつまいものシュガースティック 果物 牛乳	牛乳	米 大麦 いりごま さつまいも 揚げ油 グラニュー糖	
4	木	ご飯 麩の味噌汁 松風焼き わかめと小松菜の炒り煮 牛ごぼう煮 牛乳	みそ 煮干し 鶏ひき肉 豚ひき肉 わかめ しらす干し 牛肉 牛乳	米 大麦 小町麩 パン粉 三温糖 いりごま ごま油	小松菜 長葱 生姜 ごぼう
		きなこクリームパン 大根と人参のしらすドレッシング和え 果物 牛乳	きなこ 牛乳 しらす干し	食パン 三温糖 バター ごま油	大根 人参
5	19	ナポリタン 大根わかめサラダ 牛乳	鶏もも肉 ベーコン ツナ缶 わかめ 牛乳	スダケティ なたね油 三温糖 薄力粉 バター ごま油	にんにく 玉葱 人参 ビーマン マッシュルーム トマト缶 大根
		鮭おにぎり 煮ごぼう 果物 牛乳	塩鮭 煮干し 牛乳	米 大麦 いりごま 三温糖	ごぼう
6	土	ハヤシライス ほうれん草とベーコンのソテー クリームポテト 果物 牛乳	牛もも肉 ベーコン 牛乳	米 大麦 なたね油 バター 薄力粉 じゃが芋	玉葱 セロリ にんじん グリンピース マッシュルーム にんにく 生姜 ほうれん草 しめじ
		土曜献立			
8	22	カレーライス ごぼうサラダ ヨーグルト	鶏もも肉 ハム ヨーグルト	米 大麦 なたね油 じゃが芋 薄力粉 バター マヨネーズ(卵不使用) 白すり胡麻	にんにく 生姜 玉葱 人参 セロリ ビーマン トマト缶 ごぼう 赤ビーマン きゅうり
		チーズ蒸しパン 開元の揚げ浸し 果物 牛乳	プロセスチーズ 牛乳	薄力粉 三温糖 なたね油 揚げ油	さやいんげん
9	火	食パン 野菜スープ 魚のムニエル ジャーマンポテト ゆでブロッコリー 牛乳	ベーコン 牛乳	食パン なたね油 薄力粉 バター じゃが芋	キャベツ 人参 セロリ マッシュルーム 玉葱 ブロッコリー
		ふりかけおにぎり ふかひ芋 生揚げの煮物 果物 牛乳	しらす干し かつお節 青のり わかめ 生揚げ 牛乳	米 大麦 いりごま さつまいも 三温糖	
10	24	ご飯 じゃが芋とわかめの味噌汁 豆腐ハンバーグ ひじきの炒り煮 小松菜とツナのごま和え 牛乳	わかめ みそ 煮干し 木綿豆腐 豚ひき肉 ひじき 油揚げ 鶏もも肉 ツナ缶 牛乳	米 大麦 じゃが芋 片栗粉 三温糖 なたね油 マヨネーズ(卵不使用) 白すりごま	玉葱 干しいたけ 人参 小松菜
		蜂蜜バターパン ブロッコリーのおかか和え 果物 牛乳	かつお節 牛乳	食パン はちみつ バター	ブロッコリー
11	25	ご飯 白菜の味噌汁 白身魚の野菜あんかけ きゃべつのおさしみと和え 牛乳	みそ 煮干し カレイ 鶏ささ身 牛乳	米 大麦 片栗粉 ごま油	白菜 しめじ 小松菜 玉葱 人参 生姜 キャベツ コーン
		きなこクッキー 煮ごぼう 果物 牛乳	きなこ 煮干し 牛乳	バター 三温糖 いりごま 薄力粉 豆乳	ごぼう
13	26	煮込みうどん 車麩煮揚げ ミニトマト 牛乳	鶏もも肉 昆布 牛乳	なたね油 うどん 車麩 薄力粉 揚げ油	玉葱 人参 しめじ 大根 長葱 小葱 干しいたけ ミニトマト
		米飯お好み焼き 蒸し南瓜 果物 牛乳	豚ひき肉 しらす干し 牛乳	米 大麦 薄力粉 ごま油	キャベツ 人参 南瓜
17	水	サンドイッチ 野菜スープ 青のりポテト 果物 牛乳	ハム プロセスチーズ ツナ缶 ウインナー 豚もも肉 青のり 牛乳	食パン じゃが芋 マヨネーズ(卵不使用) いちごジャム なたね油	きゅうり にんじん ビーマン キャベツ セロリ もやし トマト缶
		土曜献立			
20	土	ご飯 どさんこスープ 魚の胡麻焼き 切干大根煮 ブロッコリーのおかか和え 牛乳	豚ひき肉 わかめ みそ カレイ 油揚げ 大豆水煮 かつお節 牛乳	米 大麦 ごま油 いりごま なたね油 三温糖	もやし コーン 人参 玉葱 長葱 にんにく 切り干し大根 ブロッコリー
		青のりとチーズのトースト かぶのゆかり漬け 果物 牛乳	粉チーズ 青のり 牛乳	食パン バター いりごま	かぶ
27	土	クリームライス ブロッコリーサラダ 果物 麦茶	鶏もも肉 牛乳 ハム 昆布	米 大麦 じゃが芋 なたね油 バター 薄力粉 三温糖 ごま油	にんじん 玉葱 マッシュルーム ブロッコリー コーン
		丸パン 野菜スープ マカロニグラタン ブロッコリー コーンサラダ 果物 麦茶	ベーコン 鶏もも肉 牛乳 粉チーズ ハム 昆布	丸パン じゃが芋 サラダマカロニ バター 薄力粉 パン粉 三温糖 ごま油	キャベツ にんじん セロリ 玉葱 マッシュルーム ブロッコリー コーン
		土曜献立			

- ・材料の都合により献立を変更することがありますのでご了承ください。
- ・果物は日替わりで旬のものを出しています。
- ・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。