

平成23年11月献立表

3歳未満児			全 員 共 通								
日	曜	はし スプーン	午前のおやつ	主食	主菜献立名	主菜材料名	副菜献立名	副菜材料名	おやつ	おやつ材料名	
1	火		ちりめん 牛乳		<b>肉豆腐</b>	豚肉 焼き豆腐 白菜 玉葱 人参 しめじ 糸こんにゃく 葱 油 砂糖 醤油	<b>小松菜のゆかり和え</b>	小松菜 人参 もやし ゆかり 醤油		<b>スイートポテトクッキー 牛乳</b>	小麦粉 B・P スキムミルク バター 砂糖 牛乳 さつま芋
2	水		ヨーグルト		<b>鶏肉のマーマレード焼き</b>	鶏肉 マーマレード 醤油 ブロッコリー	<b>ミネストローネ</b>	ベーコン キャベツ 玉葱 トマト 人参 じゃが芋 ピーマン ケチャップ コンソメ		<b>★お好みごはん 麦茶</b>	米 卵 ニラ ちりめん チーズ 油
4	金		牛乳		<b>★根菜のそぼろ煮</b>	牛挽肉 里芋 大根 人参 生椎茸 こんにゃく れんこん いんげん 油 砂糖 醤油 酒 みりん	<b>カニカマの酢味噌和え</b>	カニカマ 胡瓜 人参 玉葱 味噌 酢 砂糖		<b>和風サモサ 牛乳</b>	南瓜 玉葱 ひじき 塩 醤油 餃子の皮 油
5	土		菓子 牛乳		<b>けんちん汁</b>	豚肉 豆腐 人参 ごぼう 里芋 大根 生椎茸 葱 油 みりん 醤油 煮干	<b>切干大根煮</b>	切干大根 人参 油揚げ 干し椎茸 いんげん 砂糖 醤油		<b>菓子 牛乳</b>	菓子
7	月		牛乳		<b>秋野菜カレー</b>	豚肉 さつま芋 玉葱 人参 しめじ なす れんこん パター スキムミルク カレールー	<b>★かみかみサラダ フルーチェ</b>	胡瓜 人参 ごぼう さきいか コーン缶 マヨネーズ 醤油 フルーチェ 牛乳		<b>きなこマフィン 牛乳</b>	小麦粉 きな粉 B・P スキムミルク 卵 砂糖 メープルシロップ 油
8	火		ヨーグルト		<b>きのこ入り親子丼</b>	鶏肉 卵 人参 玉葱 しめじ エリンギ 生椎茸 葱 砂糖 醤油 みりん	<b>ひじきとレバー炒め煮</b>	鶏レバー 生姜 ひじき 人参 グリンピース 油 砂糖 醤油		<b>★コーンフレークケーキ 牛乳</b>	コーンフレーク マシュマロ バター
9	水		菓子 牛乳		<b>麻婆茄子</b>	豚挽肉 なす 玉葱 ピーマン 赤ピーマン 葱 生姜 ニンニク ごま油 味噌 砂糖 醤油 片栗粉	<b>中華サラダ</b>	青梗菜 わかめ 黄ピーマン かまぼこ 砂糖 酢 醤油 ごま油		<b>ごまトースト 牛乳</b>	食パン バター オリーブ油 ごま 砂糖
10	木		菓子 牛乳		<b>秋刀魚の蒲焼き</b>	さんま 片栗粉 油 砂糖 醤油 みりん レタス	<b>小松菜とさつま揚げ の煮物</b>	小松菜 さつま揚げ 人参 醤油 みりん		<b>かぼちゃ団子 牛乳</b>	南瓜 白玉粉 スキムミルク 砂糖 醤油 塩
11	金		菓子 牛乳		<b>団子汁</b>	鶏肉 人参 玉葱 生椎茸 油揚げ ごぼう 里芋 やせうま麵 葱 味噌 煮干	<b>桜えびの酢物</b>	胡瓜 桜えび 白菜 人参 砂糖 酢 醤油		<b>おからドーナツ 牛乳</b>	小麦粉 B・P スキムミルク おから 砂糖 豆乳 油 きな粉 黒砂糖
12	土		菓子 牛乳		<b>肉じゃが</b>	牛肉 じゃが芋 玉葱 人参 糸こんにゃく いんげん 油 砂糖 醤油	<b>野菜の昆布和え</b>	キャベツ 人参 胡瓜 塩昆布		<b>菓子 牛乳</b>	菓子
14	月		ちりめん 牛乳		<b>高野豆腐の チーズスクランブル</b>	高野豆腐 卵 ほうれん草 人参 ウインナー 玉葱 チーズ 油 砂糖 醤油	<b>うの花炒り煮 茄子の味噌汁</b>	おから 人参 玉葱 生椎茸 かまぼこ グリンピース 油 砂糖 醤油 なす 人参 わかめ 味噌 煮干		<b>ツナサンド 牛乳</b>	食パン ツナ缶 胡瓜 玉葱 マヨネーズ
15	火		菓子 牛乳		<b>チキン南蛮</b>	鶏肉 小麦粉 片栗粉 卵 人参 玉葱 胡瓜 油 砂糖 醤油 酢 レモン汁	<b>ほうれん草の ちりめん和え</b>	ほうれん草 人参 しめじ ちりめん ごま 砂糖 醤油		<b>パインケーキ 牛乳</b>	ホットケーキミックス スキムミルク パイン缶 レーズン 卵
16	水		菓子 牛乳		<b>魚のオランダ焼き</b>	さば ほうれん草 玉葱 えのき マヨネーズ レタス	<b>★三色きんぴら</b>	れんこん 人参 糸こんにゃく 油 砂糖 醤油 ごま		<b>里芋ごはん 麦茶</b>	米 里芋 人参 油揚げ 干し椎茸 砂糖 醤油 塩
17	木		菓子 牛乳		<b>千草焼き</b>	卵 鶏挽肉 玉葱 人参 生椎茸 ピーマン かまぼこ 砂糖 醤油	<b>五目納豆</b>	ニラ 納豆 人参 ちりめん 刻み海苔 醤油		<b>★れんこんチップ 牛乳</b>	れんこん 油 塩 青のり
18	金		菓子 牛乳		<b>ハヤシライス</b>	牛肉 人参 玉葱 ピーマン しめじ じゃが芋 グリンピース バター スキムミルク ハヤシルー	<b>カリカリベーコンサラダ</b>	レタス ベーコン 胡瓜 人参 コーン缶 砂糖 酢 油 塩 こしょう		<b>ココアバナナケーキ 牛乳</b>	小麦粉 B・P スキムミルク 卵 バナナ 砂糖 バター ココア
19	土		菓子 牛乳		<b>★ほうれん草とじゃこの パスタ</b>	ほうれん草 ちりめん 赤ピーマン 黄ピーマン エリンギ スパゲティ オリーブ油 ニンニク	<b>コーンスープ</b>	ベーコン 玉葱 人参 クリームコーン缶 パセリ 牛乳 コンソメ		<b>菓子 牛乳</b>	菓子
21	月		ヨーグルト		<b>ポークビーンズ</b>	豚肉 大豆 玉葱 人参 しめじ じゃが芋 ピーマン 油 ケチャップ トマトジュース コンソメ	<b>ポテトサラダ</b>	じゃが芋 胡瓜 人参 ハム コーン缶 マヨネーズ		<b>みそまんじゅう 牛乳</b>	小麦粉 重曹 味噌 牛乳 砂糖 卵
22	火		菓子 牛乳		<b>鱈の照り焼き</b>	ぶり 生姜 砂糖 醤油 みりん 酒 油	<b>南瓜の煮物 大根なます</b>	南瓜 人参 生椎茸 いんげん 砂糖 醤油 大根 人参 油揚げ 砂糖 酢 醤油 ごま		<b>にんじんやせうま 牛乳</b>	人参 薄力粉 きな粉 砂糖 塩
24	木		菓子 牛乳		<b>野菜入りメンチカツ</b>	豚挽肉 玉葱 人参 ピーマン スキムミルク 小麦粉 卵 パン粉 油 ケチャップ ソース レタス	<b>青梗菜のナムル</b>	焼き豚 青梗菜 もやし 人参 ごま油 砂糖 醤油		<b>フルーツサンド 牛乳</b>	食パン 生クリーム 砂糖 黄桃缶
25	金		菓子 牛乳		<b>★大豆の五目煮</b>	鶏肉 大豆 こんにゃく 人参 厚揚げ 大根 刻み昆布 いんげん 油 砂糖 醤油	<b>和風サラダ</b>	ほうれん草 わかめ 人参 黄ピーマン 砂糖 酢 油		<b>どらやき 牛乳</b>	ホットケーキミックス 小麦粉 メープルシロップ 卵 小豆缶
26	土		菓子 牛乳		<b>きつねうどん</b>	鶏肉 油揚げ 人参 玉葱 干し椎茸 しめじ うどん 葱 砂糖 醤油 煮干	<b>さつま芋のレモン煮</b>	さつま芋 砂糖 レモン汁		<b>菓子 牛乳</b>	菓子
28	月		ヨーグルト		<b>ポテトグラタン</b>	ベーコン じゃが芋 人参 玉葱 コーン缶 パセリ 油 バター 小麦粉 牛乳 スキムミルク パン粉 粉チーズ	<b>★ビーンズサラダ</b>	ミックスビーンズ 玉葱 人参 レタス マヨネーズ ケチャップ		<b>ひじきおにぎり 麦茶</b>	米 鶏肉 ひじき 人参 油揚げ いんげん 砂糖 醤油 酒 油
29	火		菓子 牛乳		<b>★鮭の コーンフレーク焼き</b>	さけ 塩 こしょう 小麦粉 卵 コーンフレーク 油 レタス	<b>白菜のごま酢和え コンソメスープ</b>	白菜 わかめ 赤ピーマン 砂糖 醤油 酢 ごま 玉葱 えのき カニカマ 醤油 コンソメ		<b>野菜マフィン 牛乳</b>	ホットケーキミックス スキムミルク 卵 人参 さつま芋 レーズン
30	水		ちりめん 牛乳		<b>レンコンバーグ きのこソース</b>	合挽肉 豆腐 れんこん 玉葱 人参 パン粉 卵 塩 こしょう エリンギ しめじ グリンピース 砂糖 醤油 片栗粉	<b>里芋のうま煮</b>	里芋 人参 大根 厚揚げ いんげん 砂糖 醤油		<b>★ごませんべい 牛乳</b>	上新粉 塩 桜えび 青のり 油

★は、かみかみメニューです

※材料などの都合で変更することがあります