

献立予定表 11月上旬

今月の目標 : しっかり食べて風邪に負けない体を作りましょう。

2016年

しらゆり保育園

日付	未満児追加分	献立	材 料 名			1・2歳児	全園児
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	9時おやつ	3時おやつ
1 火	ごはん かまぼこ	チーズチキンボール もずくの酢の物 大根煮物、みかん オクラ納豆、スープ	油、パン粉、ごま油	鶏ひき肉、チーズ かにふぶき 挽きわり納豆	きゅうり、もずく、人参 大根、オクラ	麦茶 クラッカー	野菜 ジュース せんべい
2 水	ごはん さつま芋煮	いとこ煮 ほうれん草サラダ ウインナー、枝豆 黄桃缶、麦茶	糸こんにゃく マヨネーズ	卵、豚肩ロース 焼き豆腐、ロースハム ウインナー	白菜、キャベツ ほうれん草、玉葱 人参、コーン缶、ねぎ	オレンジ ジュース クッキー	ゼリー ビスケット
3 木	<p style="text-align: center;">文化の日 *休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当持参になります。</p>						
4 金	ごはん 鮭缶	ホタテのタルタルソース 切り昆布炒め煮 オクラコーン和え ミニトマト、味噌汁	油、マヨネーズ、小麦粉 パン粉	ほたて貝柱、卵	もやし、刻みこんぶ 人参、オクラ、コーン缶	緑茶 ウエハース	牛乳 せんべい
5 土	ごはん 里芋煮物	麻婆なす 春雨の酢の物 うずら卵煮物、パイン缶 エビッコ、すまし汁	春雨、ごま油	豚ひき肉、ロースハム うずら卵水煮缶	なす、玉葱、人参 きゅうり、レタス グリーンピース	麦茶 クラッカー	ぶどう ジュース 揚げ菓子
6 日	<p style="text-align: center;">*休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当持参になります。</p>						
7 月	ごはん ちくわ煮	ごぼうメンチカツ トマトツナスパゲティ 白菜おかか和え キウイ、味噌汁	パン粉、油、小麦粉 スパゲティ	豚ひき肉、ツナ缶 鰹節	玉葱、トマト、ごぼう 白菜、きゅうり	麦茶 ウエハース	いちごミルク クッキー
8 火	ごはん 卵豆腐	さばの味噌煮 小松菜納豆和え 長芋バターソーテー りんご、スープ	長芋	さば、挽きわり納豆 バター	キャベツ、小松菜 人参、玉葱	緑茶 クラッカー	牛乳 かりんとう
9 水 ※	ごはん ソーセージ	コーンシチュー レンコンきんぴら チーズ、生揚げ煮物 みかん、麦茶	じゃが芋、ごま油	脱脂粉乳、ベーコン いりごま(白)、チーズ 生揚げ	玉葱、れんこん、人参 コーン缶、しいたけ	ヤクルト ビスケット	りんご ジュース せんべい
10 木	おにぎり 	肉団子春雨スープ パンクキンサラダ 切干し大根煮物 ミニオムレツ、ミニトマト	春雨、マヨネーズ 砂糖、ごま油	鶏ひき肉、ベーコン	かぼちゃ、切干し大根 白菜、しめじ、人参 にら、しいたけ	麦茶 クッキー	牛乳 揚げ菓子
11 金	ごはん ひじき煮	なすと豚挽き肉のカレー シーザーサラダ シュウマイ、ところてん 黄桃缶、麦茶	じゃが芋 シーザードレッシング	豚ひき肉、脱脂粉乳 ベーコン	キャベツ、玉葱、人参 なす、きゅうり グリーンピース	野菜 ジュース ビスケット	きつね うどん
12 土	ごはん さつま揚げ煮	いんげん卵炒め ラーメンサラダ ポークビッツ、パイン缶 鮭フレーク、味噌汁	ゆで中華麺、ごま油	卵、ロースハム ポークビッツ	いんげん、玉葱 きゅうり、レタス 人参	緑茶 クラッカー	オレンジ ジュース せんべい
13 日	<p style="text-align: center;">*休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当持参になります。</p>						
14 月	ごはん 白菜 ごま和え	ハヤシライス ブロッコリー卵サラダ 焼き豚、はんぺん煮物 りんご、麦茶	じゃが芋、マヨネーズ	卵、豚肩ロース 脱脂粉乳、焼き豚 はんぺん	ブロッコリー、玉葱 人参、グリーンピース	ぶどう ジュース ウエハース	牛乳 かりんとう
15 火	ごはん さんま缶	かぶと鶏肉の中華煮 たらこポテト きゅうり酢の物 ミニトマト、味噌汁	じゃが芋、マヨネーズ 片栗粉、ごま油	若鶏もも皮なし たらこ、バター	かぶ、人参、万能葱 きゅうり、わかめ	麦茶 ビスケット	スポロン 揚げ菓子

給食室から ※9日は食育の日として「しっかり食べて風邪に負けない体を作りましょう」の話をします。

* 10日はおにぎりを持たせるようお願いいたします。(3歳以上児)

* 緑色の給食の文字は新メニューの献立です。

* オレンジ色のおやつ文字は手作りおやつの日です。

* 都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。



献立予定表 11月下旬

今月の目標 : しっかり食べて風邪に負けない体を作りましょう。

2016年

しらゆり保育園

日付	未満児追加分	献立	材 料 名			1・2歳児	全園児
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	9時おやつ	3時おやつ
16 水	ごはん 小松菜 のり和え	豚汁、エビッコ ところんサラダ かぼちゃ甘煮 うずら卵煮物、黄桃缶	糸こんにゃく、砂糖 ごま油	うずら卵水煮缶 豚バラ肉、焼き豆腐 いりごま	かぼちゃ、ところん 玉葱、しめじ、きゅうり レタス、人参、ねぎ	緑茶 せんべい	牛乳 ウインナー 蒸しパン
17 木	ごはん チーズ	麻婆豆腐 れんこんサラダ 鶏つくね、枝豆 パイン缶、麦茶	マヨネーズ、ごま油	絹ごし豆腐、豚ひき肉	れんこん、きゅうり 人参、ピーマン しいたけ、ねぎ	野菜 ジュース クッキー	マミー クラッカー
18 金	ごはん コーンバター	ぶり大根 シルバーサラダ ミートボール、みかん 味付けのり、スープ	春雨、マヨネーズ	ぶり、魚肉ソーセージ	大根、きゅうり、レタス 人参	麦茶 ウエハース	ヨーグルト ビスケット
19 土	お遊戯会 (きりん組、ぞう組) *普通保育を希望の方はおかず入りのお弁当持参になります。						
20 日	*休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当持参になります。						
21 月	ごはん 昆布煮	納豆オムレツ こんにゃくたらこ炒め ほうれん草ごま和え りんご、味噌汁	糸こんにゃく、油 マヨネーズ	卵、挽きわり納豆 たらこ、すりごま(白)	玉葱、しめじ、人参 万能葱	緑茶 せんべい	牛乳 クラッカー
22 火	ごはん いんげん ソテー	サーモンシチュー ごぼうサラダ ミニフランク、卵豆腐 黄桃缶、麦茶	じゃが芋、マヨネーズ 片栗粉、ごま油	鮭、ミニフランク すりごま(白)	ごぼう、玉葱 きゅうり、人参 コーン缶、グリーンピース	ヤクルト クッキー	コーラス 揚げ菓子
23 水	勤労感謝の日 *休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当持参になります。						
24 木	スタミナ味噌ラーメン きゅうりサラダ たこ焼き、ポテトフライ トマト、ミニゼリー	ゆで中華めん フレンチドレッシング	豚バラ肉、いりごま(白)	もやし、きゅうり、玉葱 レタス、人参、にら ねぎ	麦茶 クッキー	いちごミルク フルーツ ケーキ	
★お誕生会★ 25 金	ごはん 里芋煮物	ソーセージパン粉焼き もやしゆかり和え ココロサラダ、みかん ふりかけ、スープ	パン粉、マヨネーズ 小麦粉、油	魚肉ソーセージ 卵、板かまぼこ	もやし、きゅうり、人参 コーン缶	緑茶 ビスケット	牛乳 お好み焼き
26 土	ごはん チーズ	肉じゃが もやしニラ納豆和え 焼き豚、パイン缶 のり佃煮、味噌汁	じゃが芋、糸こんにゃく	挽きわり納豆 若鶏もも皮なし	もやし、玉葱、人参 にら、グリーンピース	麦茶 ウエハース	りんご ジュース せんべい
27 日	*休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当持参になります。						
28 月	ごはん さつま揚げ煮	豚肉のすき焼き風煮物 チンゲン菜カニ和え さつま芋サラダ ミニトマト、味噌汁	さつま芋、糸こんにゃく マヨネーズ	豚肩ロース、焼き豆腐 カニふぶき	玉葱、人参、ねぎ チンゲン菜、キャベツ	緑茶 クラッカー	豆乳 ビスケット
29 火	ごはん ブロッコリー ごま和え	ツナカレー マカロニサラダ チキンナゲット、枝豆 みかん、麦茶	じゃが芋 ミックスマカロニ マヨネーズ	ツナ缶、脱脂粉乳 魚肉ソーセージ	玉葱、レタス、きゅうり 人参、コーン缶 グリーンピース	野菜 ジュース クッキー	牛乳 かりんとう
30 水	ごはん 豆腐煮物	クリームコロッケ キャベツハムサラダ ひじきの煮物、りんご 鮭フレーク、すまし汁	パン粉、小麦粉 糸こんにゃく	さつま揚げ、ロースハム	人参、しいたけ、ひじき キャベツ、きゅうり	麦茶 ウエハース	マミー せんべい
給食室から	*24日のお誕生会は園児全員に「スタミナ味噌ラーメン」を提供いたしますのでごはんの持参は必要ありません。(3歳以上児)						
給食献立 レシピ (約4人分)	ココロサラダ(人参1/2本、きゅうり1本、コーン缶小1缶、板かまぼこ(ピンク)小1本、マヨネーズ大さじ1、しょうゆ小さじ1) ①人参は小さい四角(サイコロ状)に切って、茹でて、水で冷ましておく。 ②きゅうり、かまぼこも小さい四角に切っておく。コーン缶は水気を切っておく。 ③ポウルに人参、きゅうり、かまぼこ、コーン缶、マヨネーズ、しょうゆを混ぜて、出来上がり☆						