

# 献立予定表 11月上旬

今月の目標 : 風邪に負けないようにしっかり食べましょう。

2017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 水	ごはん ひじき煮	白菜クリーム煮 春雨酢の物 鶏つくね、卵豆腐 パイン缶、麦茶	春雨、ごま油	ベーコン、鶏ひき肉 卵豆腐、脱脂粉乳	玉葱、きゅうり、人参 白菜、しめじ	オレンジ ジュース クラッカー	コーラス クッキー	
2 木	ごはん かまぼこ	ツナじゃが煮 ほうれん草ナムル ミートボール、ミニトマト 鮭フレーク、味噌汁	じゃが芋、糸こんにゃく	ツナ缶、すりごま(白)	人参、玉葱、もやし ほうれん草 グリーンピース	麦茶 せんべい	牛乳 ビスケット	
3 金	<b>文化の日</b> *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。							
4 土	ごはん 切干し大根 煮物	カニ豆腐 オクラツナスパサラダ 焼き豚、黄桃缶 のり佃煮、スープ	サラスパ、片栗粉 ごま油	木綿豆腐、かにふぶき 焼き豚、ツナ缶	人参、しいたけ 万能葱、オクラ、しめじ	麦茶 クラッカー	ぶどう ジュース クッキー	
5 日	<b>*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。</b>							
6 月	ごはん いんげん 煮物	チンジャオロースー パンプキンサラダ はんぺん煮物 パイン缶、味噌汁	マヨネーズ、砂糖 ごま油	豚肩ロース、ベーコン はんぺん	ピーマン、赤ピーマン 人参、もやし、玉葱 かぼちゃ	麦茶 ウエハース	マミー かりんとう	
7 火	ごはん コーン煮	豚肉のすき焼き風煮物 チンゲン菜カニ和え さつま芋甘煮 ミニトマト、味噌汁	さつま芋、糸こんにゃく 砂糖	豚肩ロース、焼き豆腐	玉葱、人参、ねぎ チンゲン菜、キャベツ	麦茶 ウエハース	牛乳 かりんとう	
8 水	ごはん チーズ	ハヤシライス ブロッコリーサラダ ウインナー、ところてん オレンジ、麦茶	じゃが芋、マヨネーズ	鶏ささみ、豚肩ロース 脱脂粉乳 ウインナー	ブロッコリー、玉葱、 きゅうり、グリーンピース 人参、ところてん	野菜 ジュース クッキー	りんご ジュース せんべい	
9 木	ごはん 醤油昆布	鮭のちゃんちゃん焼き ラーメンサラダ ミートボール、りんご すまし汁	茹で中華麺、ごま油	さけ(骨なし) 魚肉ソーセージ	レタス、きゅうり、人参 キャベツ、玉葱	麦茶 ビスケット	牛乳 サンドイッチ	
10 金	ごはん ほうれん草 ツナ和え	麻婆豆腐、大根煮物 マカロニサラダ チキンナゲット パイン缶、麦茶	ミックスマカロニ マヨネーズ、ごま油	絹ごし豆腐、豚ひき肉 魚肉ソーセージ	人参、しいたけ、ねぎ レタス、きゅうり、大根	ヤクルト クッキー	ゼリー ビスケット	
11 土	<b>お遊戯会 (うさぎ組、きりん組、ぞう組)</b> *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。							
12 日	<b>*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。</b>							
13 月	ごはん はんぺん煮	エビフライカレー フレンチサラダ ミニオムレツ、チーズ オレンジ、麦茶	パン粉、小麦粉 じゃが芋 フレンチドレッシング	エビ、脱脂粉乳 卵、チーズ	キャベツ、玉葱、人参 きゅうり、グリーンピース	ぶどう ジュース せんべい	スポロン 揚げ菓子	
14 火	ごはん 焼き豚	さばの照り焼き、黄桃缶 もやしのコンソメ炒め きゅうりごま和え オクラ納豆、味噌汁	油	さば、すりごま(白)	もやし、人参、玉葱 きゅうり、ピーマン	麦茶 ビスケット	牛乳 りんご 蒸しパン	
15 水	おにぎり 	肉団子春雨スープ クリームコロッケ れんこんサラダ 枝豆、パイン缶	春雨、マヨネーズ パン粉、小麦粉	鶏ひき肉 いりごま(白)	れんこん、人参 白菜、しめじ、ニラ しめじ、玉葱	麦茶 クラッカー	マミー せんべい	
給食室から		*15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) *オレンジ色のおやつ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。						
給食献立 レシピ (約4人分)	オクラツナスパサラダ(スパゲティ200g、オクラ4本、しめじ1株、ツナ缶小1缶、和風ドレッシング大2さじ、しょうゆ大1さじ) ①スパゲティは茹でて、水で冷ましておく。 ②オクラは茹でて冷まし小口切りにする。しめじはほぐして茹でて冷ましておく。 ③ポウルにスパゲティ、オクラ、しめじ、ツナ缶を入れて、和風ドレッシング、しょうゆを入れて、混ぜたらできあがり☆							

# 献立予定表 11月下旬

今月の目標 : 風邪に負けないようにしっかり食べましょう。

2017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 木	ごはん ほうれん草 のり和え	生姜味噌おでん とろろてんサラダ シュウマイ りんご、鮭フレーク	ごま油	ウインナー、ちくわ うずら卵水煮缶	大根、とろろてん、人参 きゅうり、レタス	麦茶 ビスケット	牛乳 クッキー
17 金 ※	ごはん 卵豆腐	コーンシチュー もやしの中華和え 生揚げ煮物、黄桃缶 ミートボール、麦茶	じゃが芋	ベーコン、ロースハム 生揚げ、脱脂粉乳	もやし、玉葱、きゅうり 人参、コーン缶 グリーンピース	オレンジ ジュース ウエハース	牛乳 かりんとう
18 土	ごはん さつま揚げ煮	鶏肉ケチャップ煮 チンゲン菜おかか和え かまぼこ、黄桃缶 ふりかけ、スープ	油	若鶏もも皮なし 鯉節、かまぼこ	玉葱、人参、コーン缶 チンゲン菜、キャベツ	麦茶 クラッカー	野菜 ジュース 揚げ菓子
19 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。						
20 月	ごはん さつま芋煮	ぶり大根 シルバーサラダ ポークビッツ、オレンジ のり佃煮、スープ	春雨、マヨネーズ	ぶり、魚肉ソーセージ ポークビッツ	大根、きゅうり、レタス 人参	麦茶 ビスケット	コーラス 揚げ菓子
21 火 ★お誕生会★	スタミナ味噌ラーメン ほうれん草サラダ 照り焼きチキン ポテトフライ、ミニゼリー	茹で中華めん マヨネーズ	豚バラ肉、いりごま 若鶏もも皮なし	ニラ、もやし、人参 ほうれん草、キャベツ ねぎ	野菜 ジュース クッキー	牛乳 ケーキ	
22 水	ごはん 粉ふき芋	親子煮 ごぼうサラダ、枝豆 ソーセージソテー りんご、麦茶	マヨネーズ 糸こんにゃく	卵、若鶏もも皮なし 焼き豆腐 魚肉ソーセージ	白菜、玉葱、きゅうり ごぼう、人参、しめじ ねぎ	麦茶 クラッカー	マミー せんべい
23 木	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 金	ごはん 小松菜 ごま和え	春巻き、鶏そぼろ かぼちゃとあずきの甘煮 わかめの酢の物 ミニトマト、味噌汁	油、春巻きの皮 砂糖	ゆであずき缶 鶏ひき肉 かにふぶき	かぼちゃ、きゅうり 人参、玉葱、わかめ	麦茶 ウエハース	りんご ジュース クラッカー
25 土	ごはん いんげん 煮物	なすの味噌炒め サラダうどん うずら卵煮物、ミニマト ふりかけ、味噌汁	ゆで細うどん、ごま油	豚ひき肉 うずら卵水煮缶	なす、人参、ピーマン 玉葱、きゅうり、レタス	麦茶 クッキー	ヨーグルト せんべい
26 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。						
27 月	ごはん ブロッコリー ツナ和え	カニ卵焼き れんこんきんぴら レタスサラダ、パイン缶 のり佃煮、スープ	フレンチドレッシング 油	卵、カニふぶき	れんこん、人参 しいたけ、万能葱 レタス、きゅうり	麦茶 ウエハース	コーラス ビスケット
28 火	ごはん 里芋煮物	豚汁、大根煮物 春雨五目炒め チキンナゲット りんご、めかぶ納豆	春雨、ごま油	豚バラ肉、焼き豆腐 いりごま(白) 挽きわり納豆	玉葱、白菜、人参 しめじ、ピーマン 大根、しいたけ、めかぶ	麦茶 せんべい	牛乳 お好み焼き
29 水	ごはん ひじき煮	ツナカレー 海藻サラダ、チーズ ミニフランク みかん、麦茶	じゃが芋	エビ、脱脂粉乳 ミニフランク、チーズ	キャベツ、玉葱、人参 きゅうり、コーン缶 グリーンピース、わかめ	ぶどう ジュース クラッカー	豆乳 クッキー
30 木	ごはん コーン煮	ハンバーグ、ふりかけ かぶのツナ煮 きゅうり昆布和え ミニトマト、味噌汁	油	豚ひき肉、ツナ缶	かぶ、玉葱、人参 グリーンピース きゅうり、塩昆布	麦茶 ビスケット	牛乳 揚げ菓子
給食室から	※17日は食育の日として「風邪に負けないようにしっかり食べましょう」のお話をします。 * 21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)						

