

○ 11月 乳幼児献立表 ○

2019年 11月

のぞみ保育園

				1(金)		2(土)		
				麦ご飯 38 米 38 押麦 4	チキンライス 38 米 38 押麦 4 鶏ひき肉 15 たまねぎ 20 にんじん 10 ケチャップ 5 だし 1 醤油 1			
				さかな 30 さかな 30	ブロccoliーおなか和え 10 ブロccoliー 20 にんじん 8 かつお削り節 0.3 三温糖 0.7 うすくちしょうゆ 1.5	キャベツの炒め煮 30 キャベツ 30 かつお缶詰 4 とうもろこし 5 食塩 0.2		
				小芋もろろ煮 35 さといも 8 豚ひき肉 1 三温糖 1 こいくちしょうゆ 1 醤油 0.5	みそ汁 7 ふなしめじ 15 たまねぎ 2 生わかめ 2 淡色辛みそ 5			
4(月)	5(火)	6(水)	7(木)	8(金)	9(土)			
	麦ご飯 38 米 38 押麦 4	麦ご飯 38 米 38 押麦 4	キャベツのスパゲッティ 45 マカロニ・スパゲッティ 20 鶏肉 30 キャベツ 25 たまねぎ 5 ふなしめじ 5 とうもろこし 5 醤油 1 だし 1 うすくちしょうゆ 2 本みりん 2 食塩 0.5	麦ご飯 38 米 38 押麦 4	きつね丼 38 米 38 押麦 4 油揚げ 30 にんじん 15 たまねぎ 20 ほうれんそう 3 醤油 1 三温糖 2 本みりん 1 うすくちしょうゆ 2 かたくり粉 5			
	マーボー豆腐 25 豚ひき肉 65 木綿豆腐 25 たまねぎ 30 にんじん 15 れんこん 10 乾しいたけ 1.2 菜の花 4 醤油 1 赤色辛みそ 2.2 だし 1 うすくちしょうゆ 1 こま 1 三温糖 1 かたくり粉 2	白煮の煮ひたし 30 はくさい 50 にんじん 10 油揚げ 7 うすくちしょうゆ 2 三温糖 0.6 本みりん 0.3	ポトフ 20 じゃがいも 10 大根 10 にんじん 5 セロリー 2 ベーコン 1 だし 2	ひじき煮 2.8 ほしひじき 4 だいたい 10 にんじん 5 焼き竹輪 1 さやいんげん 0.5 醤油 1.7 三温糖 1.7 うすくちしょうゆ 1.7	みそ汁 20 じゃがいも 7 キャベツ 2 生わかめ 2 淡色辛みそ 4			
	もやしとにらの炒め物 30 もやし 15 にら 0.5 こま 1 醤油 1.5 うすくちしょうゆ 1.5 本みりん 1.5 ごま油 1	みそ汁 10 たまねぎ 20 さつまいも 10 こまつな 5 淡色辛みそ 2						
11(月)	12(火)	13(水)	14(木)	15(金)	16(土)			
麦ご飯 38 米 38 押麦 4	ゆかりごはん 38 米 38 押麦 4 ゆかり 0.2	麦ご飯 38 米 38 押麦 4	たぬきうどん 120 うどん 20 油揚げ 5 焼き竹輪 5 生わかめ 10 にんじん 10 菜ねぎ 5 しょうが 0.1 うすくちしょうゆ 2 三温糖 6 うすくちしょうゆ 1 本みりん 1 かたくり粉 4	きのこカレー 38 米 38 押麦 4 豚肉 20 たまねぎ 40 にんじん 15 じゃがいも 15 ふなしめじ 10 えのきたけ 10 カレールー 1 醤油 1				
ポークビーンズ 25 豚肉 30 だいたい 30 たまねぎ 15 にんじん 8 マカロニ・スパゲッティ 5 グリーンピース 1 だし 1 ケチャップ 4 ウスターソース 1 三温糖 0.5 こいくちしょうゆ 0.5	高野豆腐の炒め煮 10 高野豆腐 25 鶏肉 10 にんじん 25 たまねぎ 12 乾しいたけ 5 グリーンピース 1 醤油 2 三温糖 2 うすくちしょうゆ 2 かたくり粉 2	和え物 10 ほうれんそう 12 にんじん 40 しょうが 5 三温糖 1 うすくちしょうゆ 2	小芋もろろ煮 4 なめこ 2 木綿豆腐 25 生わかめ 2 淡色辛みそ 4	花野菜のおなか和え 15 ブロccoliー 10 カリフラワー 8 にんじん 0.3 かつお削り節 0.7 三温糖 1.5 うすくちしょうゆ 2				
スープ 7 ふなしめじ 2 ワインナー 2 キャベツ 15 だし 1	みそ汁 20 じゃがいも 8 キャベツ 2 生わかめ 2 淡色辛みそ 4	みそ汁 4 はくさい 5 油揚げ 2 生わかめ 4 淡色辛みそ 4						
18(月)	19(火)	20(水)	21(木)	22(金)	23(土)			
麦ご飯 38 米 38 押麦 4	麦ご飯 38 米 38 押麦 4	麦ご飯 38 米 38 押麦 4	麦ご飯 38 米 38 押麦 4	麦ご飯 38 米 38 押麦 4				
鶏すき煮 25 鶏肉 30 焼き豆腐 15 にんじん 20 たまねぎ 40 はくさい 5 ふなしめじ 10 糸こんにゃく 3 菜ねぎ 2 三温糖 2 うすくちしょうゆ 1 醤油 1 こいくちしょうゆ 0.7 料理酒 0.7	からあげ 0.5 鶏肉 0.3 しょうが 12 にんにく 2 こいくちしょうゆ 2 本みりん 2 料理酒 3 かたくり粉 4 薄力粉 3 醤油 3	さかな 30 さかな 30	鶏じゃが煮 45 たまねぎ 20 にんじん 60 じゃがいも 10 糸こんにゃく 3 木綿豆腐 10 醤油 2 三温糖 1 うすくちしょうゆ 2.5	さかな 30 さかな 30				
かぼちゃの煮物 40 かぼちゃ 1.5 三温糖 0.7 うすくちしょうゆ 0.7	キャベツの和え物 40 キャベツ 10 にんじん 10 ほうれんそう 5 油揚げ 1 三温糖 2 うすくちしょうゆ 2	みそ汁 10 はくさい 10 たまねぎ 2 生わかめ 2 淡色辛みそ 5	みそ汁 25 なめこ 2 木綿豆腐 12 生わかめ 0.7 淡色辛みそ 4	干切大根煮 15 初干したいこん 5 にんじん 15 油揚げ 5 生わかめ 2 乾しいたけ 1.2 醤油 0.5 うすくちしょうゆ 2				
26(月)	26(火)	27(水)	28(木)	29(金)	30(土)			
麦ご飯 38 米 38 押麦 4	麦ご飯 38 米 38 押麦 4	麦ご飯 38 米 38 押麦 4	メキシカンライス 38 米 38 押麦 4 だし 1	麦ご飯 38 米 38 押麦 4	マーボー丼 38 米 38 押麦 4 木綿豆腐 60 豚ひき肉 25 にんじん 10 たまねぎ 20 乾しいたけ 1 菜ねぎ 4 赤色辛みそ 3 だし 1 こいくちしょうゆ 0.5 三温糖 0.5 醤油 1 ごま油 0.5 かたくり粉 2			
マーボー豆腐 25 豚ひき肉 65 木綿豆腐 25 たまねぎ 30 おから 15 にんじん 10 れんこん 10 乾しいたけ 1.2 菜の花 4 醤油 1 赤色辛みそ 2.2 だし 1 うすくちしょうゆ 1 三温糖 1 かたくり粉 2	卵の花の炒り煮 15 おから 12 乾しいたけ 10 にんじん 20 さつまいも 4 油揚げ 2 菜ねぎ 2 醤油 1 赤色辛みそ 2 三温糖 2 うすくちしょうゆ 2	厚揚げケチャップ煮 8 鶏ひき肉 40 厚揚げ 40 醤油 0.5 うすくちしょうゆ 1 ケチャップ 2 三温糖 0.4	鶏の照り焼き 40 たまねぎ 2 にんじん 2 本みりん 2 うすくちしょうゆ 2	手羽元の煮物 35 鶏手羽 15 大根 40 こいくちしょうゆ 1.3 本みりん 1.3 三温糖 1.3 うすくちしょうゆ 1.3 料理酒 1.3				
もやしとにらの炒め物 30 もやし 15 にら 0.5 こま 1 醤油 1.5 うすくちしょうゆ 1.5 本みりん 1.5 ごま油 1	豚汁 5 豚肉 7 にんじん 8 大根 3 ごぼう 3 板こんにゃく 4 淡色辛みそ 4	みそ汁 10 はくさい 10 たまねぎ 2 生わかめ 2 淡色辛みそ 5	カルシウムポト 7 じゃがいも 10 キャベツ 40 こまつな 5 しらす干し 5 食塩 0.1 ごま 0.5	煮豆 6.6 たいず 12 にんじん 12 ごぼう 4 さやいんげん 2 うすくちしょうゆ 0.8 三温糖 0.8				
			スープ 30 木綿豆腐 5 生わかめ 3 だし 1	みそ汁 20 じゃがいも 7 たまねぎ 2 生わかめ 2 淡色辛みそ 4				

振替休日

秋まつり

勤労感謝の日

※都合により献立を変更することがあります