



11月 献立表



令和6年

認定こども園あつみ幼稚園

日	曜	献立名		体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとになる	体の調子を整える	その他
		昼食	おやつ				
1	金	マーボー豆腐丼 中華スープ ナムル グレープフルーツ 麦茶	キャロットパンケーキ 牛乳	木綿豆腐 豚肉 味噌 牛乳	米 油 砂糖 片栗粉 ごま油 ごま 薄力粉	長ねぎ しょうが にんにく 大根 人参 干しいたけ チンゲン菜 もやし グレープフルーツ	水 こいくちしょうゆ 料理酒 チキンスープの素 麦茶 ベーキングパウダー
2	土	豚肉の玉子とじ丼 味噌汁 白菜の海苔和え オレンジ 麦茶	マシュマロサンドクラッカー 麦茶	豚肉 鶏卵 味噌	米 油 砂糖 クラッカー マシュマロ	玉ねぎ 人参 グリンピース 干しいたけ 南瓜 えのき茸 いら 昆布 白菜 小松菜 焼きのり オレンジ	水 万能つゆ 料理酒 みりん こいくちしょうゆ 麦茶
5	火	肉野菜うどん キャベツの味噌和え オレンジ 麦茶	ピラフ 牛乳	豚肉 味噌 鶏肉 牛乳	うどん ごま 砂糖 米 無塩バター	大根 人参 干しいたけ 長ねぎ 昆布 キャベツ わかめ オレンジ 玉ねぎ コーン パセリ	水 こいくちしょうゆ 塩 みりん 料理酒 麦茶 チキンスープの素
6	水	青のりご飯 味噌汁 鶏肉とじゃが芋の玉子焼き 納豆和え バナナ 麦茶	ゼリー (グレープフルーツ 味) ウエハース 牛乳	高野豆腐 味噌 鶏卵 鶏肉 納豆 牛乳	米 じゃが芋 油 グレープフルーツゼリーの素 ウエハース	青のり 干しいたけ 玉ねぎ しめじ 昆布 人参 白菜 ほうれん草 バナナ	水 塩 万能つゆ みりん こいくちしょうゆ 麦茶
7	木	【立冬】里芋ご飯 すまし汁 たらの味噌焼き 小松菜のお浸し りんご 麦茶	レーズンきんとん 牛乳	油揚げ たら 味噌 かつお節 牛乳	米 里芋 小切麩 砂糖 さつま芋	さやいんげん 干しいたけ 大根 万能ねぎ 昆布 小松菜 キャベツ 人参 りんご レーズン	水 こいくちしょうゆ みりん 料理酒 塩 麦茶
8	金	ご飯 味噌汁 いわしの煮つけ 野菜炒め グレープフルーツ 麦茶	ココアちんすこう 牛乳	味噌 いわしの煮付 牛乳	米 じゃが芋 油 薄力粉 砂糖	干しいたけ えのき茸 長ねぎ 昆布 チンゲン菜 もやし コーン グレープフルーツ	水 こいくちしょうゆ みりん 麦茶 ベーキングパウダー ココア
9	土	鶏そぼろ丼 味噌汁 白菜の甘酢和え オレンジ 麦茶	きな粉蒸しパン 牛乳	鶏肉 油揚げ 味噌 きな粉 牛乳	米 油 砂糖 ごま 薄力粉	玉ねぎ しょうが ほうれん草 干しいたけ 南瓜 わかめ 昆布 白菜 人参 きゅうり オレンジ	水 こいくちしょうゆ 穀物酢 塩 麦茶 ベーキングパウダー
11	月	焼きそば コンソメスープ さつま芋サラダ パイナップル 麦茶	ツナおにぎり 麦茶	ウインナー かつお節 かつおフレーク	蒸し中華麺 油 さつま芋 ノンエッグマヨネーズ 米	キャベツ 人参 青のり 玉ねぎ コーン パセリ きゅうり パイン缶	焼きそばソース 水 チキンスープの素 塩 麦茶 こいくちしょうゆ
12	火	麦ご飯 味噌汁 白身魚フライ キャベツとごぼうの和風マヨサラダ チーズ 麦茶	ポップコーン 牛乳	油揚げ 味噌 かわいい チーズ 牛乳	米 押し麦 薄力粉 パン粉 油 片栗粉 ノンエッグマヨネーズ ポップコーン 無塩バター	干しいたけ えのき茸 ほうれん草 昆布 キャベツ ごぼう 人参	水 トマトケチャップ 中濃ソース こいくちしょうゆ 麦茶 塩
13	水	ご飯 コンソメスープ レバー入りミートローフ 人参ドレッシングサラダ りんご 麦茶	コーンバターライス 麦茶	豚肉 豚レバー 木綿豆腐	米 バン粉 片栗粉 無塩バター	玉ねぎ 人参 パセリ 白菜 小松菜 りんご コーン	水 チキンスープの素 塩 トマトケチャップ 中濃ソース 人参ドレッシング 麦茶 こいくちしょうゆ
14	木	【七五三祝い】赤飯 お吸い物 鮭の味噌焼き ほうれん草と油揚げの和え物 オレンジ 麦茶	パウンドケーキ 麦茶	小豆 かつお節 鮭 味噌 油揚げ 鶏卵	米 もち米 ごま 小切麩 砂糖 薄力粉 無塩バター	干しいたけ 大根 万能ねぎ 昆布 ほうれん草 キャベツ オレンジ	水 塩 こいくちしょうゆ みりん 料理酒 万能つゆ 麦茶 ベーキングパウダー
15	金	ご飯 チキンカレー コーンサラダ グレープフルーツ 麦茶	キャベツのお好み焼き 牛乳	鶏肉 かつお節 牛乳	米 じゃが芋 油 砂糖 薄力粉 ノンエッグマヨネーズ	玉ねぎ 人参 白菜 きゅうり コーン グレープフルーツ キャベツ 青のり	水 カレールウ 穀物酢 塩 麦茶 ベーキングパウダー 中濃ソース
16	土	鶏丼 味噌汁 切干大根サラダ チーズ 麦茶	ジャムサンドクラッカー 牛乳	鶏肉 味噌 チーズ 牛乳	米 油 じゃが芋 ノンエッグマヨネーズ いちごジャム クラッカー	玉ねぎ 人参 干しいたけ 長ねぎ わかめ 昆布 切干大根 きゅうり	水 こいくちしょうゆ 料理酒 みりん 塩 麦茶
18	月	ご飯 味噌汁 鶏肉のパン粉焼き じゃが芋の炒め物 オレンジ 麦茶	ぶどうゼリー 牛乳	味噌 鶏肉 牛乳	米 小切麩 薄力粉 パン粉 油 じゃが芋 砂糖	干しいたけ チンゲン菜 昆布 にんにく しょうが 玉ねぎ 人参 オレンジ ぶどうジュース アガー	水 料理酒 塩 トマトケチャップ こいくちしょうゆ みりん 麦茶
19	火	ゆかりご飯 根菜の味噌汁 ひき肉入り玉子焼き なめたけ和え グレープフルーツ 麦茶	ごまおこし 牛乳	味噌 鶏卵 鶏肉 牛乳	米 里芋 ごま油 油 砂糖 コーンフレーク 無塩バター マシュマロ ごま	ゆかり 干しいたけ 大根 人参 ごぼう 万能ねぎ 昆布 ひじき グリンピース キャベツ 小松菜 なめ茸 グレープフルーツ	水 料理酒 こいくちしょうゆ 塩 麦茶
20	水	ご飯 味噌汁 鶏肉の塩こうじ焼き ひじきとさつま芋の煮物 ジョア 麦茶	マカロニナポリタン 麦茶	高野豆腐 味噌 鶏肉 油揚げ ジョア	米 塩こうじ さつま芋 油 マカロニ 砂糖	干しいたけ 長ねぎ 小松菜 昆布 ひじき 人参 グリンピース 玉ねぎ ピーマン	水 万能つゆ 麦茶 トマトケチャップ チキンスープの素 塩
21	木	【小雪】まいたけご飯 味噌汁 赤魚のみりん焼き ブロッコリーとささみの和え物 グレープフルーツ 麦茶	卵を使わないマーレードマ ドレーヌ 牛乳	油揚げ 味噌 赤魚 鶏肉 牛乳	米 砂糖 無塩バター 薄力粉 マーレード	まいたけ 人参 干しいたけ 大根 万能ねぎ 昆布 しょうが ブロッコリー もやし グレープフルーツ	水 万能つゆ 料理酒 塩 こいくちしょうゆ みりん 麦茶 ベーキングパウダー
22	金	ご飯 味噌汁 豚肉のすき焼き風煮 和風サラダ チーズ 麦茶	さつま芋スティック 牛乳	味噌 豚肉 焼き豆腐 チーズ 牛乳	米 片栗粉 油 砂糖 ごま油 さつま芋 無塩バター	干しいたけ かぶ 長ねぎ ほうれん草 昆布 玉ねぎ しらたき グリンピース 白菜 コーン パプリカ	水 万能つゆ 穀物酢 こいくちしょうゆ 麦茶
25	月	ご飯 味噌汁 鶏肉のバーベキューソース焼き れんこんのきんぴら ジョア 麦茶	レーズン蒸しパン 麦茶	味噌 鶏肉 焼き竹輪 ジョア	米 砂糖 ごま油 薄力粉 油	干しいたけ 長ねぎ ほうれん草 なめ茸 昆布 しょうが にんにく りんご 人参 れんこん しらたき グリンピース レーズン	水 こいくちしょうゆ みりん 麦茶 ベーキングパウダー
26	火	黒米入りご飯 ツナカレー フレンチサラダ グレープフルーツ 麦茶	ふかしさつま芋 牛乳	かつおフレーク 牛乳	米 黒米 じゃが芋 油 砂糖 さつま芋	玉ねぎ 人参 白菜 パプリカ グレープフルーツ	水 カレールウ 穀物酢 塩 麦茶
27	水	丸パン コンソメスープ マカロニグラタン トマトドレッシングサラダ りんご 麦茶	ふりかけおにぎり 麦茶	鶏肉 牛乳 チーズ ふりかけかつお	丸パン マカロニ 無塩バター 薄力粉 パン粉 米	人参 しめじ かぶ 玉ねぎ パセリ キャベツ コーン りんご	水 チキンスープの素 塩 トマトドレッシング 麦茶
28	木	わかめご飯 味噌汁 ベーコン入り玉子焼き スパゲティサラダ グレープフルーツ 麦茶	フルーツパン 牛乳	高野豆腐 味噌 鶏卵 ベーコン 牛乳	米 砂糖 スパゲティ ノンエッグマヨネーズ フルーツパン	わかめご飯の素 干しいたけ えのき茸 小松菜 昆布 玉ねぎ 人参 万能ねぎ きゅうり グレープフルーツ	水 こいくちしょうゆ 塩 麦茶
29	金	ご飯 オニオンスープ 豚肉のうま煮 もやしの中華和え オレンジ 麦茶	コーンパンケーキ 牛乳	豚肉 厚揚げ 牛乳	米 ごま油 砂糖 片栗粉 ごま 薄力粉 油	玉ねぎ 干しいたけ パセリ 人参 白菜 もやし チンゲン菜 オレンジ コーン	水 チキンスープの素 塩 こいくちしょうゆ 料理酒 穀物酢 麦茶 ベーキングパウダー
30	土	鶏肉と野菜炒め丼 味噌汁 大根のしらす和え りんご 麦茶	ジャムヨーグルト ウエハース 麦茶	鶏肉 味噌 しらす ヨーグルト スキムミルク	米 油 砂糖 いちごジャム ウエハース	玉ねぎ 人参 グリンピース しょうが 干しいたけ 白菜 しめじ わかめ 昆布 大根 きゅうり りんご	水 こいくちしょうゆ 料理酒 塩 麦茶

☆園の給食では栄養豊富でおいしい『金芽米』を使用しています。