

令和6年11月

献立表

Information

今年度も後半に入り、給食やおやつも随分食べられるようになりました。今月の給食には里芋や大根などの根菜類、みかんやりんごなど秋冬の果物が出てきます。これから来る寒い冬に備え、しっかり食べて元気に過ごしてほしいです。

食材案内 「寒天」

園でのおやつによく使われる寒天。「てんぐさ」という海藻を煮てやわらかくし、濾した後乾燥させて作ります。便通を改善し、腸内環境を整える働きがあります。

日	曜日	献立	アレルギー	離乳食	手作りおやつ
1,22	金	米(押し麦) 豆腐の中華風煮 豆腐、豚肉、人参、生しいたけ、 玉ねぎ、チンゲン菜、ねぎ	米(押し麦) 豆腐の中華風煮 豆腐、豚肉、人参、生しいたけ、 玉ねぎ、チンゲン菜、ねぎ	白がゆ 豆腐の中華風煮 豆腐、豚肉、人参、 玉ねぎ、チンゲン菜	1日:アップルケーキ りんご、豆腐、メープルシロップ ホットケーキミックス、バター サラダ油
		春雨サラダ 春雨、きゅうり、みかん	春雨サラダ 春雨、きゅうり、みかん	春雨サラダ 春雨、きゅうり	22日:チーズ蒸しパン チーズ、ホットケーキミックス
2	土	混ぜご飯 鶏肉、人参、油揚げ、えのき	混ぜご飯 鶏肉、人参、油揚げ、えのき	おじや 鶏肉、人参、油揚げ、えのき	2日:魚肉ソーセージ
		豆腐のみそ汁 豆腐、わかめ、じゃがいも	豆腐のみそ汁 豆腐、わかめ、じゃがいも	豆腐のみそ汁 豆腐、わかめ、じゃがいも	
5,19	火	5日:食パン ポテトとコーンの煮物 鶏肉、じゃが芋、人参、玉ねぎ クリームコーン、豆乳	19日:ミルクロールパン ポテトとコーンの煮物 鶏肉、じゃが芋、人参、玉ねぎ クリームコーン、豆乳	白がゆ ポテトとコーンの煮物 鶏肉、じゃが芋、人参、玉ねぎ クリームコーン、豆乳	5日:大学芋 さつまいも、水あめ、しょうゆ
		マカロニサラダ(ア) マカロニ、きゅうり、人参、ツナ マヨネーズ	マカロニサラダ マカロニ、きゅうり、人参、ツナ	マカロニサラダ マカロニ、きゅうり、人参、ツナ	19日:きな粉団子 米、もち米、さつまいも、きな粉 砂糖、塩
6,20	水	米(押し麦) 白身魚のから揚げ 白身魚、にんにく、片栗粉	米(押し麦) 白身魚のから揚げ 白身魚、にんにく、片栗粉	白がゆ 煮魚 白身魚	6日:りんご
		のっぺい汁 鶏肉、里芋、人参、大根、白菜 油揚げ、ねぎ	のっぺい汁 鶏肉、里芋、人参、大根、白菜 油揚げ、ねぎ	のっぺい汁 鶏肉、里芋、人参、大根、 油揚げ、白菜	20日:りんご
7,21	木	7日:クロロールパン 和風スープスパゲティ スパゲティ、ベーコン(卵不使用) 玉ねぎ、人参、えのき、生しいたけ ほうれん草、切り海苔	21日:コッペパン 和風スープスパゲティ スパゲティ、ベーコン(卵不使用) 玉ねぎ、人参、えのき、生しいたけ ほうれん草、切り海苔	白がゆ 和風スープスパゲティ スパゲティ、ほうれん草 玉ねぎ、人参、えのき	7日:バナナケーキ バナナ、豆腐、メープルシロップ ホットケーキミックス、バター サラダ油
		海藻サラダ わかめ、キャベツ、きゅうり	海藻サラダ わかめ、キャベツ、きゅうり	海藻サラダ わかめ、キャベツ、きゅうり	21日:ドーナツ ホットケーキミックス、豆腐、砂糖

日	曜日	献立	アレルギー	離乳食	手作りおやつ
9,30	土	五目うどん 干うどん、人参、ほうれん草 油揚げ、花麩、干しいたけ	五目うどん 干うどん、人参、ほうれん草 油揚げ、花麩、干しいたけ	五目うどん 干うどん、人参、ほうれん草 花麩	9日:魚肉ソーセージ
		チーズ	チーズ		30日:魚肉ソーセージ
11,25	月	米(押し麦) みそ煮 豚肉、生揚げ、じゃが芋、こんにゃく 大根、人参、はんぺん	米(押し麦) みそ煮 豚肉、生揚げ、じゃが芋、こんにゃく 大根、人参、はんぺん	白がゆ みそ煮 豚肉、じゃが芋、大根、人参	11日:ラスク パン、バター、砂糖
		ブロッコリーのあえもの ツナ、ブロッコリー、人参、コーン	ブロッコリーのあえもの ツナ、ブロッコリー、人参、コーン	ブロッコリーのあえもの ツナ、ブロッコリー、人参	25日:ピザトースト 食パン、トマト缶、玉ねぎ、チーズ ケチャップ、バジル、パセリ 魚肉ソーセージ
12,26	火	食パン ミネストローネ トマト、大根、玉ねぎ、人参 ベーコン(卵不使用)	食パン ミネストローネ トマト、大根、玉ねぎ、人参 ベーコン(卵不使用)	白がゆ ミネストローネ トマト、大根、玉ねぎ、人参	12日:ミルクゼリー 牛乳、コンデンスミルク、ゼラチン 砂糖
		きゅうりのあえもの しらす干し、きゅうり	きゅうりのあえもの しらす干し、きゅうり	きゅうりのあえもの しらす干し、きゅうり	26日:オレンジ寒天 オレンジジュース、寒天、みかん
13,27	水	ビビンバ 豚挽き肉、人参、大根、ごま ほうれん草、にんにく、生姜	ビビンバ 豚挽き肉、人参、大根、ごま ほうれん草、にんにく、生姜	おじや 豚挽き肉、人参、大根、ごま ほうれん草、	13日:南瓜パン 南瓜、バター、砂糖、パン 牛乳、りんご
		春雨スープ えのき、春雨、わかめ、人参 玉ねぎ	春雨スープ えのき、春雨、わかめ、人参 玉ねぎ	春雨スープ えのき、春雨、わかめ、人参 玉ねぎ	27日:ココアバナナケーキ ホットケーキミックス、牛乳、砂糖 ココア、バナナ、バター、サラダ油
14,28	木	コッペパン ポークとマカロニのソテー マカロニ、豚肉、玉ねぎ、人参 ピーマン、エリンギ	コッペパン ポークとマカロニのソテー マカロニ、豚肉、玉ねぎ、人参 ピーマン、エリンギ	白がゆ ポークとマカロニのソテー マカロニ、豚肉、玉ねぎ、人参	14日:焼き芋 さつまいも
		わかめスープ わかめ、豆腐、あさつき、人参 玉ねぎ	わかめスープ わかめ、豆腐、あさつき、人参 玉ねぎ	わかめスープ わかめ、豆腐、玉ねぎ、人参	28日:おにまんじゅう さつまいも、上新粉、薄力粉 ベーキングパウダー、砂糖、塩
15,29	金	米(押し麦) 鶏のから揚げ 鶏肉、片栗粉	米(押し麦) 鶏のから揚げ 鶏肉、片栗粉	白がゆ 鶏の甘辛煮 鶏肉	15日:ミルクもち 片栗粉、牛乳、砂糖、きな粉 塩
		フライドポテト じゃが芋	フライドポテト じゃが芋	じゃが芋の土佐煮 じゃが芋、花がつお	29日:南瓜スコーン 南瓜、ホットケーキミックス バター、砂糖
18	月	切り干し大根のみそ汁 切り干し大根、人参、えのき	切り干し大根のみそ汁 切り干し大根、人参、えのき	みそ汁 たまねぎ、人参、えのき	
		カレーライス 豚挽き肉、玉ねぎ、人参 じゃが芋	カレーライス 豚挽き肉、玉ねぎ、人参 じゃが芋	おじや 豚挽き肉、玉ねぎ、人参 じゃが芋	18日:みかん
18	月	土佐あえ キャベツ、人参、小松菜、 花がつお	土佐あえ キャベツ、人参、小松菜、 花がつお	土佐あえ キャベツ、人参、小松菜、 花がつお	