

11月 こんだてひょう

平成30年度

蛸貝保育園

日曜	行事	献立名	主な材料	おやつ
1	木	ポークカレー 福神漬 牛乳 ツナサラダ バナナ	豚ひき肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 ツナ缶 レタス きゅうり	リンゴジュース たこ焼き
2	金	牛肉コロッセ添野菜 人参グラッセ りんご 切干大根ときのこ炒め煮 みそ汁(大根・人参)	牛肉コロッセ(冷) キャベツ 人参 豚肉 切干大根 干しいたけ しめじ 大根 油揚げ	牛乳 お菓子
5	月	焼き魚 大根おろし りんご ひじきと大豆の炒め煮 みそ汁(豆腐・わかめ)	ほっけの塩焼き(冷) 大根 ひじき 人参 糸こん 大豆 豚肉 干しいたけ 豆腐 わかめ	牛乳 お菓子
6	火	味噌おでん 果物 ひじきの和風サラダ みそ汁(なめこ 豆腐)	卵 焼きちくわ 大角天 こんにゃく 卵 生姜 ひじき カニカマ きゅうり コーン缶 なめこ 豆腐	牛乳 お菓子
7	水	手作りハンバーグ添野菜 人参グラッセ 春雨中華サラダ 玉子スープ ゼリー	豚ひき肉 玉ねぎ 卵 キャベツ 人参 春雨 ロースハム きゅうり 卵 わかめ	ジュア お菓子
8	木	ハヤシライス 福神漬 牛乳 ちくわサラダ バナナ	豚肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ グリーンピース(冷) ちくわ キャベツ きゅうり	野菜ジュース イギリストースト
9	金	ハムチーズフライ添野菜 りんご すき昆布の炒め煮 大根と豚肉のスープ	角ハム チーズ 卵 キャベツ すき昆布 豚肉 人参 糸こん 干しいたけ 大根 わかめ	牛乳 お菓子
10	土	五目あんかけラーメン ゆで玉子 カニサラダ フルーツゼリー	中華麺 豚肉 白菜 人参 もうそうだけ きくらげ 卵 なたとにかま レタス きゅうり	バナナ お菓子
12	月	さんまの竜田揚げ りんご チーズ 白菜の納豆和え 小松菜の野菜スープ	さんま竜田揚げ(冷) 白菜 ひきわり納豆 なめたけ 小松菜 ベーコン 人参 玉ねぎ チーズ	牛乳 お菓子
13	火	スパニッシュオムレツ ブロッコリー りんご もやしときゅうりの中華サラダ みそ汁(豆腐・わかめ)	卵 ベーコン 人参 ほうれん草 玉ねぎ じゃがいも 粉チーズ ブロッコリー もやし きゅうり 豆腐 わかめ	牛乳 お菓子
14	水	十和田バラ焼き 果物 春雨中華サラダ 五目かき玉スープ	味付けバラ焼き 玉ねぎ 焼肉のたれ きゅうり 卵 人参 豆腐 干しいたけ わかめ	お茶 お菓子
15	木	おめでとうランチ 栗御飯 鶏の照り焼き ブロッコリー ミニ茶碗蒸し 田舎汁 果物	精白米 鶏肉 栗 ごぼう 人参 干しいたけ 油揚 卵 かまぼこ 鶏の照り焼き(冷) ブロッコリー かぼちゃ 豆腐 ねぎ	カルピス まるごとバナナ
16	金	鶏の唐揚げ添野菜 果実缶 チーズ ミモザサラダ 玉子スープ	鶏もも肉 生姜 りんご キャベツ 卵 マカロニ きゅうり 魚肉ソーセージ わかめ	牛乳 お菓子
17	土	チャーシューラーメン ゆで玉子 わかめサラダ フルーツゼリー	中華麺 焼き豚 味付メンマ なたと 万能ねぎ 卵 わかめ レタス きゅうり	バナナ お菓子
19	月	マーボー豆腐 果物 チーズ 厚焼き玉子 白菜と肉団子のスープ	マーボー豆腐の素 木綿豆腐 万能ねぎ 卵 チーズ 白菜 人参 生しいたけ 肉団子(冷)	牛乳 お菓子
20	火	鮭の塩焼き 納豆 ゼリー 切干大根の炒め煮 味噌汁(豆腐・わかめ)	鮭の塩焼き(冷) 豚肉 切干大根 干しいたけ 豆腐 わかめ 納豆	お茶 お菓子
21	水	鶏肉とごぼうのみそがらめ かつおふりかけ 野菜の五色和え みそ汁(玉ねぎ・人参)	鶏肉 ごぼう 人参 きんぴら糸こん 干しいたけ いんげん(冷) 小松菜 もやし しめじ コーン缶 玉ねぎ	牛乳 お菓子
22	木	コーンクリームシチュー ウィンナー お茶 ツナサラダ バナナ	鶏肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 ウィンナー ツナ缶 きゃべつ きゅうり スパゲティ コーン缶	ソフトール お菓子
24	土	肉うどん ゆで玉子 和風サラダ フルーツゼリー	うどん 豚肉 揚げ玉 なたと 万能ねぎ 卵 レタス きゅうり	バナナ お菓子
26	月	さばの味噌煮添大根 みそ汁(豆腐・わかめ) 豚肉と春雨のねぎ塩炒め りんご	さばの味噌煮(冷) 大根 豚肉 春雨 ピーマン 長ねぎ きくらげ キャベツ 人参 豆腐 わかめ	牛乳 お菓子
27	火	親子煮 みそ汁(麩・ねぎ) もやしときゅうりの中華サラダ りんご	鶏肉 卵 玉ねぎ 人参 しめじ なたと グリーンピース(冷) もやし きゅうり 麩 ねぎ	お茶 さつまいも
28	水	すき焼き風煮 フルーツゼリー ほうれん草ともやしのナムル かき玉汁	豚肉 白菜 人参 糸こん 焼き豆腐 玉ねぎ 板麩 ほうれん草 もやし 卵	牛乳 お菓子
29	木	カレー 福神漬 牛乳 チーズ コーンサラダ バナナ	豚肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ コーン缶 レタス きゅうり	カルピス スペシャルイチゴ
30	金	春巻き添野菜 りんご マカロニサラダ わかめスープ	春巻きの皮 豚ひき肉 人参 もうそうだけ 干しいたけ カニカマ ピーマン 春雨 きゃべつ マカロニ きゅうり ソーセージ わかめ	牛乳 お菓子

【給食室から】 ※都合により献立が変更になる場合があります。

お天気の良い日の戸外活動の後は、食べたいという気持ちが高まりモグモグ、パクパクと食べています。たんぼぼ組さん・すみれ組さんは、こぼしながらでもスプーンやお箸でじょうずに食べれた時は、うれしそうな笑顔が見られます。

食材に旬があることを知り、季節感を感じてほしいですね。給食にも旬の食材をたくさん取り入れましたよ♪