



11月の献立



2018年 つくし保育園

曜	日	食	食の材料名	おやつ	おやつの材料名	
月	12	26	ごはん 魚の味噌煮 わかめと白菜の煮びたし けんちん汁	焼き芋 フルーツ いりこ	さつまいも フルーツ 煮干し	
火	13	27	ごはん 豆腐のハンバーグ 猫で野菜のごまドレッシングあえ みそ汁	おにぎり 煮豆	米 じゃこ わかめ 人参 小松菜 焼海苔 醤油 豆 砂糖 醤油	
水	14	28	里芋ごはん 大根と厚揚げの煮物 みそ汁	米粉の お好み焼き	米粉 豚肉 キャベツ 山芋 干しエビ だし醤油 醤油 ケチャップ ソース 花鰹 青のり 油	
木	1	15	29	ごはん 鶏のから揚げ ひじきの甘酢ナムル みそ汁	ヨーグルトケーキ プルーン	小麦粉 卵 ヨーグルト 砂糖 牛乳 レモン B.P サラダ油 プルーン
金	2	16	30	ごはん 鮭のチャンチャン焼き 大根のごま酢あえ すまし汁	焼きコロッケ	じゃが芋 豚ミンチ 塩 玉ねぎ 粉チーズ パン粉
土	17		ごはん 豚肉と白菜の旨煮 みそ汁	フルーツ おかし いりこ	フルーツ おかし 煮干し	
月	5	19	ごはん 肉大根 和え物 みそ汁	おにぎり いりこ	米 干しエビ 梅干し 塩 焼海苔 黒ゴマ 煮干し	
火	6	20	ごはん 魚の塩焼き 根菜のそぼろ煮 みそ汁	米粉の ごま蒸しパン プルーン	米粉 砂糖 牛乳 ごま サラダ油 B.P B.S 小豆納豆 プルーン	
水	7	21	ごはん 鶏のオープン焼き ナムル 白菜と豆腐のスープ	フルーツ せんべい いりこ	フルーツ せんべい 煮干し	
木	8	22	ごはん 魚の利休あんかけ 千切と高野豆腐の煮物 みそ汁	じゃが芋の スコーン	じゃが芋 小麦粉 ベーコン 玉ねぎ バター 牛乳 B.P	
金	9		幼 和風カレー 児 小魚サラダ 乳 ごはん風トマトシチュー 児 小魚サラダ	ぜんざい いりこ こんぶ	小豆 砂糖 上新粉 豆腐 ごま 煮干し こんぶ	
土	10	24	ごはん ポークビーンズ みそ汁	フルーツ おかし いりこ	フルーツ おかし 煮干し	

※ 乳児はみりんは使いません。

※ すみれ ゆりはカレールウをしません。

