



11月の献立



2019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	11	25	ごはん 魚のつけ焼き 切干大根と高野豆腐の煮物 みそ汁	黒ごまマフィン こんぶ	小麦粉 砂糖 黒ごま 卵 牛乳 バター B.P こんぶ	
火	12	26	ごはん 鶏の照り焼き 茹で野菜のごまドレッシング みそ汁	フルーツ せんべい いりこ	フルーツ せんべい いりこ	
水	13	27	里芋ごはん 大根と厚揚げの煮物 みそ汁	焼き大学いも	さつまいも 油 砂糖 醤油 黒ごま	
木	14	28	ごはん 鮭のチーズパン粉焼き 和え物 白菜と豆腐のスープ	おにぎり 煮豆	米 コーン 黒ごま 塩 焼のり 豆 塩 砂糖	
金	1	15	29	ごはん 南瓜のそぼろあんかけ 酢の物 みそ汁	豆腐団子 ～みたらし風～	上新粉 豆腐 砂糖 醤油 きな粉
土	つくし ふえすた	16	30	ごはん 豚肉と白菜の旨煮 みそ汁	フルーツ せんべい いりこ	フルーツ せんべい いりこ
月	18		ごはん 魚の塩焼き 根菜のそぼろ煮 みそ汁	南瓜スープ スティックトースト	南瓜 ベーコン 玉ねぎ 油 塩 牛乳 だし鰹 食パン	
火	5	19	ごはん 鶏とさつまいもの煮物 切干大根のごま酢和え みそ汁	ぜんざい こんぶ いりこ	小豆 砂糖 白玉粉 こんぶ いりこ	
水	6	20	ごはん 魚の甘酢揚げ わかめと白菜の煮びたし けんちん汁	じゃが芋の パルメザン焼き フルーツ	じゃが芋 粉チーズ フルーツ	
木	7	21	幼児 カレーライス 小魚サラダ 乳児 ごはん トマトシチュー 小魚サラダ	五平餅 いりこ	もち米 米 砂糖 醤油 みそ ごま いりこ	
金	8	22	ごはん 魚の利休あんかけ ナムル みそ汁	米粉のパナナケーキ ブルーシ	米粉 パナナ 砂糖 牛乳 サラダ油 B.P ブルーシ	
土	9		ごはん ポークビーンズ みそ汁	フルーツ おかき いりこ	フルーツ おかき いりこ	

※ 入荷した材料の状態や、園で採れた野菜等を使うことによって、献立内容が変わることがあります
 ※ 乳児クラスは、みりんを使いません
 ※ だしは用途によって昆布、鰹、煮干しを使います

