

令和4年 11月献立表予定表

令和4年10月25日 幼保連携型認定こども園 城山幼稚園

日	曜	昼食	赤：血や肉になる	黄：熱や力となる	緑：調子をととのえる	おやつ	エネルギー
1	火	ごはん 油淋鶏 野菜の中華和え オニオンスープ	鶏肉 牛乳 ヨーグルト	白米 片栗粉 油 ごま 砂糖 バター ごま油 ごま ホットケーキミックス	生姜 長ネギ 人参 きゅうり 玉ねぎ キャベツ ブルーベリージャム	ブルーベリー スコーン	517
2	水	芋ほり遠足 (雨天時 お弁当デー)				お菓子	51
3	木	(祝)文化の日					
4	金	ごはん 麻婆豆腐 もやしとじゃこのナムル 牛乳	木綿豆腐 合挽肉 みそ じゃこ 牛乳 かつお節 ダイスチーズ	白米 砂糖 片栗粉 油 ごま	玉ねぎ 人参 なら 生姜 もやし 小松菜 にんにく	おからチーズ おにぎり	568
5	土	そぼろご飯 春雨スープ	鶏挽肉	白米 砂糖 油 春雨 ごま油	人参 白菜 ねぎ 干椎茸 いんげん豆	お菓子	336
7	月	ごはん タンドリーチキン 野菜とチーズのサラダ コーンスープ	鶏肉 ヨーグルト スキムミルク ダイスチーズ 牛乳 卵	白米 油 コーン バター 薄力粉 砂糖 カレー粉	ケチャップ キャベツ 玉ねぎ 人参 きゅうり りんご	りんごケーキ	675
8	火	ごはん クリームシチュー みかんサラダ	鶏肉 スキムミルク 牛乳 きな粉	白米 油 マカロニ 砂糖 片栗粉 クリームルウ	玉ねぎ 人参 グリーンピース しめじ キャベツ きゅうり みかん	ミルクくずもち	579
9	水	混ぜごはん 豚汁 野菜の塩昆布和え 牛乳	鶏肉 豚肉 みそ 牛乳 かつお節 じゃこ 塩昆布	白米 砂糖 油 里芋 こんにゃく ごま	竹の子 人参 干椎茸 ごぼう 玉ねぎ 長ネギ もやし きゅうり キャベツ 小松菜	青菜とじゃこの おにぎり	562
10	木	雑穀ごはん 魚のマヨネーズ焼き ブロッコリーのごまドレッシング和え みそ汁 牛乳	鯛 スキムミルク みそ わかめ かつお節 牛乳 木綿豆腐 卵 ダイスチーズ 油揚げ	白米 雑穀米 マヨネーズ ごま 砂糖 油 薄力粉 バター コーン	ブロッコリー きゅうり 人参 キャベツ 玉ねぎ かねぎ	黒ごまチーズ スティック	561
11	金	麦ごはん 鶏レバーの味噌煮 炒めビーフン わかめスープ 牛乳	鶏レバー みそ かまぼこ 牛乳 ヨーグルト わかめ	白米 麦 砂糖 ビーフン ごま油	玉ねぎ 人参 なら キャベツ ピーマン りんご缶 みかん缶 もも缶 パインアップル缶	フルーツ ヨーグルト	518
12	土	クリームスパゲティ トマトスープ	ベーコン 牛乳 スキムミルク	スパゲティ 油	しめじ 人参 玉ねぎ ほうれん草 カットマト えのきたけ パセリ	お菓子	330
14	月	雑穀ごはん 鶏肉のから揚げ 野菜のごま和え ビーフンスープ	鶏肉 ベーコン おから 卵 牛乳	白米 雑穀米 薄力粉 油 ごま 砂糖 バター ビーフン ホットケーキミックス チョコレート	にんにく 生姜 キャベツ もやし 人参 玉ねぎ	おから チョコケーキ	671
15	火	鯛飯 なます すまし汁 紅白おこし	魚 錦糸卵 油揚げ じゃこ	白米 ごま 砂糖 ふ ぽん菓子 バター マシュマロ 油	かねぎ 大根 人参 ほうれん草 えの 玉ねぎ いんげん 干椎茸	じゃこおにぎり	608
16	水	チキンピラフ ポトフ キャベツとツナのサラダ 牛乳	鶏肉 ウィンナー ツナ缶 牛乳 ベーコン とろけるチーズ	白米 バター じゃがいも マヨネーズ 砂糖 ホットケーキミックス コーン	人参 玉ねぎ パセリ ブロッコリー キャベツ きゅうりピーマン ケチャップ	ピザパン	593
17	木	麦ごはん 魚のオーロラソース ブロッコリーサラダ 牛乳	魚 牛乳	白米 麦 マヨネーズ コーン ごま さつまいも ホットケーキミックス バター 砂糖	ケチャップ ブロッコリー きゅうり 人参 キャベツ	さつまいも クッキー	612
18	金	ごはん 豆腐入り松風焼き 野菜とワカメの甘酢和え 牛乳	鶏挽肉 みそ わかめ 木綿豆腐 牛乳	白米 砂糖 コーン ごま 片栗粉	玉ねぎ かねぎ 人参 きゅうり 大根 グリーンピース ケチャップ	ケチャップ おにぎり	582
19	土	煮込みうどん キャベツのごまドレッシング和え	鶏小間 かまぼこ	うどん ごま 砂糖	人参 玉ねぎ キャベツ 干椎茸 かねぎ きゅうり	お菓子	257
21	月	ごはん 照り焼きチキン もぐもぐゴンボー コンソメスープ	鶏肉 じゃこ ハム	白米 砂糖 マヨネーズ じゃがいも	にんにく ごぼう きゅうり 人参 玉ねぎ キャベツ	ドーナツ	418
22	火	お楽しみメニュー	豚肉 ひじき	砂糖 白米	人参	ひじき おにぎり	460
23	水	(祝)勤労感謝の日					
24	木	麦ごはん 魚の味噌煮 大根の梅サラダ わかめスープ	魚 みそ 卵 わかめ	白米 麦 砂糖 油 オリーブ油 ごま油	大根 きゅうり 人参 玉ねぎ パセリ 生姜	たまご おにぎり	418
25	金	バターチキンカレーライス キャベツのごまマヨネーズ 牛乳	鶏肉 生クリーム ヨーグルト 牛乳 とろけるチーズ	白米 バター ごま マヨネーズ 砂糖 ホットケーキミックス コーン カレールウ	玉ねぎ 人参 カットマト キャベツ きゅうり	チーズ 蒸しパン	566
26	土	肉うどん たくあんサラダ	牛肉	うどん 砂糖 油	玉ねぎ 人参 干椎茸 長ネギ きゅうり キャベツ たくあん	お菓子	298
28	月	雑穀ごはん すき焼き風煮 納豆和え	牛肉 木綿豆腐 納豆 牛乳 スキムミルク	白米 雑穀米 春雨 砂糖 さつまいも ホットケーキミックス	玉ねぎ 白菜 人参 長ネギ ほうれん草 キャベツ	さつまいも 蒸しパン	606
29	火	パン アッシパルマンティエ ミルクスープ	合挽肉 牛乳 とけるチーズ ベーコン スキムミルク ヨーグルト	パン じゃがいも バター 薄力粉 砂糖	人参 玉ねぎ しめじ 白菜 ほうれん草	ヨーグルト スコーン	560
30	水	鮭の混ぜごはん タイピーエン 野菜のじゃこ和え	さけ かまぼこ 豚肉 うずら卵 じゃこ	白米 春雨 油 砂糖 さつまいも	しめじ 小松菜 干椎茸 玉ねぎ 人参 きくらげ 竹の子 白菜 ほうれん草 キャベツ	さつまいも スティック	590

※材料はすべて(昼食・おやつ)一緒に表示してあります

●主な材料だけを表示してあります

●献立及び材料は変更する場合があります。

今月の世界の料理「フランス」

ひき肉をマッシュポテトで覆って焼く、フランスの「おふくろの味」的な料理で、アッシは「細かく刻んだもの」という意味。パルマンティエはフランスに実在した人物で、フランスでジャガイモを食用として広めたそうです。フランス語で「いただきます!」「ごちそうさま」という言葉はないので食に関する言葉をお知らせします。「いい匂い」=Ca sent bon (ササボン)というそうです。

芋掘り遠足

雨天の場合は「お弁当デー」になります。
お弁当・水筒・お箸セットの用意をお願いします

