

# 献立表 11月

2023/10/31 やまのうちほいくえん

## 乳児（あひる・あかぐみ）、幼児（もも・き・あおぐみ）

園庭の木々も色づき、日が沈むはやさからも、秋の深まりを感じます。日中は日差しのもと、過ごしやすい日が多く、園庭で元気に過ごす子どもたちの姿が見られます。食欲も増して、以前よりもおかわりをして食べてくれているようで嬉しく思っています。朝夕の寒暖差が激しいので、旬の食材をたくさん食べて、元気に過ごしていきましょう。

	㊦ 13・27	㊦ 14・28	㊦ 1・15・29	㊦ 2・16・30	㊦ ③・17	㊦ 4・18
献立	メンチカツ かぼちゃのサラダ みそ汁 ごはん	きのこカレー 花野菜サラダ ごはん	松風焼き 小松菜のしらす和え すまし汁 ごはん	タラのコーンフレック焼き 五目きんぴら 中華スープ ごはん	八宝菜 水菜と桜えびのお浸し ごはん	マーボー丼 小松菜のおかか和え ごはん
材料	合挽きミンチ キャベツ 玉ねぎ 小麦粉 パン粉 豆乳 塩  かぼちゃ りんご レーズン きゅうり マヨドレ、塩  玉ねぎ しめじ 小松菜 人参 味噌	豚肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 しめじ まいたけ エリンギ バター 小麦粉 カレー粉 ヨーグルト スキムミルク チーズ 黒砂糖、ケチャップ、塩  カリフラワー ブロッコリー 赤パプリカ 黄パプリカ 酢、砂糖、塩 オリーブ油	鶏ミンチ 木綿豆腐 玉ねぎ 人参 青のり 片栗粉、酒、みりん 味噌  小松菜 人参 きゅうり しらす 酢、しょうゆ、砂糖、塩  大根 人参 ごぼう みつ葉 酒、みりん、しょうゆ、塩	タラ 小麦粉 コーンフレック 油、塩  ごぼう れんこん 人参 水煮大豆 三度豆 酒、みりん、しょうゆ 砂糖  豆腐 玉ねぎ しめじ ちんげん菜 鶏ガラスープ、塩	豚肉 白菜 人参 もやし しめじ 小松菜 鶏がらスープ、塩 しょうゆ、酒、片栗粉  水菜 黄パプリカ 桜えび 花かつお しょうゆ	豚ミンチ 豆腐 ねぎ 赤味噌、鶏がらスープ しょうゆ、塩、片栗粉  小松菜 人参 黄パプリカ 花かつお しょうゆ
おやつ	さつま芋ときなこのパウンドケーキ、牛乳 米粉、ベーキングパウダー、砂糖、塩、豆乳、きな粉、さつま芋	たぬきうどん、お茶 うどん、油あげ、天かす、小松菜、昆布、うす口しょうゆ、濃口しょうゆ、酒、みりん、砂糖、塩、片栗粉	大学芋、牛乳 さつま芋、砂糖、酢、油	卵サンド、牛乳 食パン、卵、じゃが芋、玉ねぎ、人参、塩、ケチャップ	豆腐焼きドーナツ、牛乳 米粉、豆腐、油、砂糖、ベーキングパウダー、レーズン、ブルーベリー、ラムなど	ビスケット・果物など、お茶
	㊦ 6・20	㊦ 7・21	㊦ 8・22	㊦ 9・23	㊦ 10・24	㊦ 11・25
献立	ポトフ れんこんとしめじのマリネ ごはん	里芋のそぼろあんかけ ちんげん菜と油あげのゴマ和え すまし汁 ごはん	煮豚 スパゲティサラダ コンソメスープ ごはん	秋鮭と白菜のかぼちゃシチュー 蒸し野菜とくだもの ごはん	鶏のてりやき 大根、水菜、えのきのポン酢和え みそ汁 ごはん	豚バラとまいたけの肉うどん 白菜とほうれん草の塩昆布和え うどん
材料	牛肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 かぶ かぶの葉 しめじ マカロニ ウイニー コンソメ、塩  れんこん しめじ 人参 豆苗 酢、砂糖、塩 オリーブ油	鶏ミンチ 里芋 人参 まいたけ ほうれん草 土生姜 片栗粉 酒、みりん、しょうゆ、砂糖  ちんげん菜 人参 油あげ ゴマ しょうゆ、ゴマ油  ゆば 玉ねぎ 豆腐 ねぎ 酒、みりん、しょうゆ、塩	豚肉 酒、砂糖、しょうゆ  スパゲティ シーチキン きゅうり 人参 りんご マヨドレ、塩  大根 人参 エリンギ コーン コンソメ、塩	秋鮭 白菜 かぼちゃ 玉ねぎ 人参 ほうれん草 バター 小麦粉 牛乳 スキムミルク チーズ 塩  ブロッコリー カリフラワー 黄パプリカ れんこん みかんなど 塩	鶏肉 しょうゆ、砂糖、酒、みりん  大根 水菜 えのき 人参 ゆず 酒、しょうゆ  豆腐 玉ねぎ 人参 ねぎ 味噌	うどん 豚バラ まいたけ ねぎ 昆布 塩、砂糖、酒、みりん、うす口しょうゆ、濃口しょうゆ  白菜 ほうれん草 人参 塩昆布
おやつ	ちんすこう、牛乳 小麦粉、油、黒砂糖、きび砂糖	ホットケーキ、牛乳 小麦粉、ベーキングパウダー、卵、砂糖、バター、牛乳、スキムミルク、メープルシロップ	いろいろ、牛乳 小麦粉、片栗粉、砂糖、黒砂糖、抹茶、こしあんなど	わらびもち、お茶 わらびもち粉、砂糖、黒砂糖、きな粉	(10日)おにぎり、牛乳、(24日)蒸しパン、牛乳 (10日)米、昆布、ひじき、ツナ、人参、さつま芋、酒、しょうゆ、塩、(24日)小麦粉、ベーキングパウダー、砂糖、レーズン、サラダ油	おせんべい・果物など、お茶

※味の微調整のために、調味料は材料の欄に記載がなくても使用することがあります。