



11月 給食予定献立表(新高山めぐみ幼稚園)



2021年

日	曜	献立	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をとのえる	(その他の食品)		
1	月	しらす入りちらし寿司 揚げ餃子 切干大根と若布のみそ汁 食べる小魚(ごま含む)	しらす干し・でんぶ 餃子/わかめ・みそ 食べる小魚	米・砂糖/油	人参・竹の子・椎茸・蓮根 かんぴょう・コーン・胡瓜 切干大根	酢・塩・醤油・みりん かつお節エキス だし		
2	火	お野菜たっぷり味噌ラーメン 糸切昆布と里芋の旨煮 みかん 	ラーメン・豆プラス・白菜・玉葱・人参・ピーマン・木耳・塩・こしょう・みそ・醤油・みりん・ごま油 糸切昆布・里芋・砂糖・醤油・だし みかん					
4	木	きのこ入りチキンカレー 白身魚フライ コーンサラダ 柿	鶏肉/白身魚フライ	米・油・じゃが芋 カレールウ	玉葱・人参・しめじ・エリンギ 椎茸/コーン・キャベツ 赤パブリカ・貝割れ/柿	手作りドレッシング		
5	金	鶏のから揚げ キャベツ入りスパサラダ ごはん 茄子と油揚げのみそ汁 リンゴ	鶏肉/ツナ缶/油揚げ みそ	片栗粉・油 スパゲティ/米	しょうが・にんにく/キャベツ 人参・コーン・胡瓜/なす りんご	みりん・醤油・マヨドレ・だし		
10	水	肉じゃがコロッケ 小松菜とコーンのソテー ごはん 花麩と若布のすまし汁 黄桃缶	肉じゃがコロッケ わかめ	油/米/花麩	小松菜・人参・コーン 黄桃缶	塩・こしょう・醤油・だし		
11	木	サーモンのムニエル レモン 小松菜とキャベツの玉子炒め ごはん 若布スープ ベビーチーズ	鮭/卵/わかめ ベビーチーズ	小麦粉・油/米	レモン/小松菜・キャベツ 人参/豆苗	塩・こしょう・コンソメ		
12	金	バターロールパン ポークシチュー ツナサラダ 牛乳 バナナ	豚肉/ツナ缶/牛乳	ロールパン/じゃが芋・油 ビーフシチュールウ	玉葱・人参・インゲン マッシュルーム・もやし 胡瓜・コーン/バナナ	7大アレルギー不使用フルドレッシング		
15	月	チーズinハンバーグ いろいろ野菜のナポリタン ごはん 白菜と若布のみそ汁 黄桃缶 	チーズinハンバーグ わかめ・みそ	油/スパゲティ/米	玉葱・人参・黄パブリカ 赤パブリカ・コーン/白菜 黄桃缶	ケチャップ・ソース・塩 こしょう・だし		
16	火	タレカツ丼 煮なます のっぺい汁 リンゴ 	豚肉/大豆・ひじき 油揚げ/鶏肉	米・小麦粉・パン粉 油・砂糖/里芋・片栗粉	切干大根・人参・椎茸 大根・ごぼう・糸蒟蒻 ねぎ/りんご	醤油・みりん・塩・酢・だし		
17	水	発芽玄米入りさつま芋ごはん 大豆ミートの竜田揚げ レモン 小町和え 具沢山のみそ汁 みかん 	米・発芽玄米・さつま芋・黒ごま/大豆ミート・しょうが・みりん・醤油・片栗粉・油 レモン/もやし・油揚げ・白ごま・醤油 大根・厚揚げ・ごぼう・ねぎ・わかめ・みそ・だし/みかん					
18	木	赤魚の煮付け 三色野菜のごま昆布和え ごはん 豆腐とねぎのみそ汁 オレンジ	赤魚/木綿豆腐・みそ	砂糖/米	しょうが/白菜・胡瓜・人参 ごま昆布/ねぎ/オレンジ	醤油・みりん・だし		
19	金	秋のきのこ汁 ミートボールの甘辛煮 具沢山の春雨サラダ ごはん 食べる小魚(ごま含む) 	豚肉・木綿豆腐・みそ ミートボール 食べる小魚	砂糖/春雨/米	きのこ5種類 ねぎ/胡瓜・人参・コーン	だし・醤油・みりん・マヨドレ		
22	月	栗コロッケ 野菜炒め ごはん 冬瓜と若布のみそ汁 パイン缶	栗コロッケ/豚肉 わかめ・みそ	油/米	キャベツ・玉葱・ピーマン 赤パブリカ・黄パブリカ 冬瓜/パイン缶	ケチャップ・塩・こしょう だし		
24	水	メンチカツ 青菜としめじのお浸し ごはん さつま芋と油揚げのみそ汁 みかん 	メンチカツ/油揚げ・みそ	油/米/さつま芋	キャベツ・青菜・しめじ みかん	だし・醤油		
25	木	チキン南蛮 塩もみキャベツ ごはん 春雨入り具沢山スープ キャンディチーズ	鶏肉/キャンディチーズ	片栗粉・油/いりごま 米/春雨	玉葱・胡瓜・コーン キャベツ/えのき・赤パブリカ 黄パブリカ・貝割れ	塩・こしょう・マヨドレ 中華味		
26	金	発芽玄米ごはん スズキの付け焼き しらす入り若布納豆 具沢山のみそ汁 リンゴ 	米・発芽玄米/すずき・醤油・みりん・油 納豆・しらす干し・わかめ・ねぎ・いりごま・醤油 麩・里芋・白菜・人参・椎茸・みそ・だし/りんご					
29	月	お野菜たっぷり五目玉子とじうどん コーン焼売 三色ナムル 黄桃缶	卵・鶏肉・油揚げ コーン焼売	うどん/白ごま・ごま油	玉葱・人参・ねぎ・椎茸 もやし・ピーマン/黄桃缶	だし・醤油・みりん		
30	火	パンプキンシチュー チキンナゲット 花野菜のホットサラダ ごはん さつま芋とリンゴのケーキ 	鶏肉・牛乳 チキンナゲット ホイップクリーム	油・シチュールウ/米 さつま芋・ケーキックス 砂糖	南瓜・玉葱・インゲン ブロッコリー・カリフラワー 人参/りんご	7大アレルギー不使用ココナッツ		

材料等の都合により献立を変更することがございます。



19日(金)の答え:しめじ、えのき、しいたけ、なめこ、まいたけ