

11月 給食予定献立表(認定こども園新高山めぐみ幼稚園)

2024年

日 曜	昼 食	おやつ	赤・血や肉になる	黄・熱や力となる	緑・調子をととのえる	(その他の食品)	エネルギー
1 金	豚バラ大根 ツナとひじきの和え物 ごはん 白菜と油揚げのみそ汁 みかん	ミルクケーキ	豚肉/ツナ缶・ひじき 油揚げ・みそ	ごま油・砂糖/すりごま・油 米/ミルクケーキ	大根・青ネギ/人参・キャベツ コーン・玉葱/白菜/みかん	醤油・だし・塩・こしょう・酢	582
5 火	五目玉子とじラーメン ベイクドポテト チキンナゲット リンゴ	菜めしおにぎり	卵・鶏肉/チキンナゲット	ラーメン/じゃが芋/米	しめじ・白菜・人参・玉葱・ねぎ 貝割れ/りんご/菜めしの素	醤油ラーメンスープの素	517
6 水	発芽玄米ごはん 大豆ミートの回鍋肉風 春巻き 若布スープ 黄桃缶	きな粉マカロニ	米・発芽玄米/大豆ミート・キャベツ・人参・ピーマン・油・にんにく・しょうが・砂糖・みそ・みりん	春巻き・油/わかめ・椎茸・醤油・だし/黄桃缶	マカロニ・きな粉・砂糖・塩		487
7 木	白身魚フライ 具沢山のスパゲティサラダ ごはん もやしと油揚げのみそ汁 キャンディチーズ	みかんケーキ	白身魚フライ/ちくわ 油揚げ・みそ キャンディチーズ	油/スパゲティ/米 ケキミックス	キャベツ・胡瓜・玉葱・人参 コーン/もやし/みかん缶	マヨドレ・だし	582
8 金	かみかみひじきごはん 鶏の竜田揚げ かみかみ野菜の三杯酢 麩と玉葱のみそ汁 オレンジ	ストロベリーヨーグルト	ひじき・ツナ缶/鶏肉 油揚げ/みそ/ヨーグルト	米・油・砂糖/片栗粉 いりごま/麩/いちごジャム	ごぼう・蓮根・糸蒟蒻・人参 グリーンピース/しょうが/切干大根 胡瓜・赤パプリカ・椎茸/玉葱 オレンジ	醤油・みりん・だし・酢・塩	596
12 火	ハンバーグ 大根の旨煮 ごはん 白菜と油揚げのみそ汁 食べる小魚	ピーチゼリー	ハンバーグ/ちくわ/油揚げ みそ/食べる小魚 ゼリーの素	油/砂糖/米	大根・人参/白菜	ケチャップ・ソース・醤油 みりん・だし	472
13 水	チキンカツ しらす入りごま昆布納豆 ごはん 具沢山ののみそ汁 みかん	バナナケーキ	チキンカツ/しらす干し 納豆/木綿豆腐・みそ	油/米/里芋/ケキミックス	ごま昆布・ねぎ/白菜・えのき 玉葱・人参/みかん/バナナ	醤油・だし	588
14 木	豚肉の生姜炒め 青梗菜とキャベツの炒め煮 ごはん 花麩と若布のお吸い物 プチゼリー	手作り焼きドーナツ	豚肉/わかめ/プチゼリー 豆乳	油・砂糖/米/花麩/小麦粉	もやし/にら・しょうが/青梗菜 キャベツ・人参	醤油・みりん・だし ベーキングパウダー	582
15 金	黒糖ロールパン クリームシチュー フレンチサラダ オレンジ	バームクーヘン	豚肉・牛乳	黒糖ロール/じゃが芋・油 シチュールー/バームクーヘン	玉葱・人参・インゲン/キャベツ 胡瓜・コーン/オレンジ	8大アレルギー不使用 フレンチドレッシング	479
18 月	パンパキンコロッケ いろいろ具材のスパソテー ごはん ウインナーとコロコロ野菜のスープ 黄桃缶	黒糖ケーキ	南瓜コロッケ/ツナ缶 ウインナー	油/スパゲティ/米 ケキミックス・黒砂糖	キャベツ・玉葱・人参・ピーマン しめじ/ブロッコリー・コーン カリフラワー/黄桃缶	塩・こしょう・コンソメ	578
19 火	自分でにぎろう! 大きなおにぎり(鮭と青菜のごはん・焼きのり) (3歳児未満: 鮭と青菜の混ぜごはん) 鶏の照り焼き ゆかりキャベツ 具沢山ののみそ汁 キャンディチーズ	グレープゼリー	鮭フレーク・焼きのり/鶏肉 油揚げ・みそ キャンディチーズ ゼリーの素	米・いりごま/砂糖・油	菜めしの素/キャベツ ゆかりの素/大根・椎茸・ごぼう 人参・ねぎ	醤油・みりん・だし	498
20 水	肉じゃが 白菜とパプリカのおかか和え ごはん 茄子と油揚げのみそ汁 オレンジ	ハッシュドポテト	豚肉/花かつお/油揚げ みそ	じゃが芋・油・砂糖/米 ハッシュドポテト	玉葱・糸蒟蒻・人参 グリーンピース/白菜・赤パプリカ なす/オレンジ	醤油・みりん・だし	496
21 木	サバの塩焼き 青菜と人参のごまよごし ごはん 大根としめじと油揚げのみそ汁 柿	ホットケーキ	サバ/油揚げ・みそ	油/すりごま・砂糖/米 ケキミックス・シロップ	青菜・キャベツ・人参/大根 しめじ/柿	塩・醤油・だし	481
22 金	ミートソーススパゲティ ツナとコーンのサラダ ブルーベリーヨーグルト	おかかおにぎり	牛肉・豚肉/ツナ缶 ヨーグルト/花かつお	スパゲティ・油 ブルーベリージャム/米	にんにく・玉葱・人参・椎茸 トマト水煮/コーン・キャベツ 胡瓜	塩・こしょう・ソース ケチャップ・コンソメ 手作りドレッシング 醤油	519
25 月	メンチカツ 具沢山のマカロニサラダ ごはん 切干大根と青菜のみそ汁 プチゼリー	中華風カステラ	メンチカツ/ウインナー/みそ プチゼリー	油/マカロニ/米/ケキミックス ごま油	胡瓜・キャベツ・玉葱・人参 コーン/切干大根・青菜 レーズン	ケチャップ・マヨドレ・だし	649
26 火	ホッケの照り焼き 三色ナムル ごはん 豚汁 みかん	焼き芋	ホッケ/豚肉/油揚げ・みそ	油・砂糖/白ごま・ごま油 米/里芋/さつま芋	青梗菜・もやし・赤パプリカ ごぼう・大根・人参・糸蒟蒻 ねぎ/みかん	醤油・みりん・だし	486
27 水	カレーうどん ちくわの磯辺揚げ 茄子のあげ煮 バナナ	ゆかりおにぎり	鶏肉・油揚げ/ちくわ あおりの粉	うどん・カレールー/片栗粉 小麦粉・油/砂糖/米	玉葱・人参・しめじ・ねぎ/なす バナナ/ゆかりの素	だし・醤油・みりん	567
28 木	鶏のマヨ焼き 野菜炒め ごはん 豆腐とわかめのスープ 食べる小魚	手作りクッキー	鶏肉/豚肉/木綿豆腐 わかめ/食べる小魚	片栗粉・油/米/小麦粉 砂糖・油	パセリ粉/もやし/キャベツ・人参 ピーマン・木耳	塩・こしょう・マヨドレ・醤油 だし・パニラエッセンス	692
29 金	豚肉と厚揚げのみそ炒め 春雨の和え物 ごはん 若布とえのきのお吸い物 ホイップonおさつケーキ	ドーナツ	豚肉・厚揚げ・みそ わかめ/ホイップクリーム	油・砂糖/春雨・すりごま 米/さつま芋・ケキミックス ドーナツ	しょうが・にんにく・キャベツ 人参・玉葱/胡瓜・赤パプリカ 木耳/えのき	醤油・みりん・だし	655

原材料等の都合により献立を変更することがありますのでよろしくお願いいたします。

※「マヨドレ」は卵を使用しない、マヨネーズ風ドレッシングを使用しています。

一日平均給与量 エネルギー:551kcal 脂質:16.3g たんぱく質:17.3g 炭水化物:85.9g 食塩相当量:1.6g