< 保	育	献立>									
11月		午前おやつ	主菜	副菜	スープ	主食	デザート	主な離乳食	午後おやつ	夕方おやつ	11月
対象		0、1、2歳児	全 員	全 員	全 員	全 員	全 員	0 歳児	全員·放課後	延長保育児	対象
1 =	上 牛	乳 ウエハース	牛丼		ほうれん草のすまし汁	ごはん	パイン缶	鶏ミンチ	牛乳 ムーンライト	牛乳 おかし	1 ±
2	3										2 📙
3 F	3										3 月
			すき焼き風	ちりめんサラダ	ビーフン汁	ごはん	バナナ	鶏ミンチ	牛乳 キャロットケーキ	牛乳 まがりせんべい	4 火
5 7	k 牛		サバの味噌煮	ひじきの炒り煮	白菜の味噌汁	ごはん	りんご	白身魚	オレンジゼリー ミニサラダ	牛乳 チョイスビスケット	5 水
6 7	牛		鶏の照り焼き	プロッコリーツナマヨ	チンゲン菜の味噌汁	ごはん	パイナップル	鶏ミンチ	牛乳 ミニパン	牛乳 ホームパイ	6 木
7 🕏	全 牛	乳 ハーベスト	にべのアップルソース	コールスロー	肉団子スープ	ごはん	オレンジ	白身魚	牛乳 ロールケーキ	牛乳 ミニサラダ	7 金
8 =	上 牛	乳 リッツ	カレーうどん	胡麻ドレサラダ		うどん	みかん缶	鶏ミンチ	牛乳 豆乳ドーナツ	牛乳 おかし	8 ±
9 E	3										9 📙
10 F		30 0 0	シイラのパン粉焼き	ほうれん草のソテー	野菜スープ	ごはん	パイナップル	白身魚	カルピス フライドポテト	牛乳 雪の宿	10 月
			じゃがいものうま煮	りんごサラダ	キャベツの味噌汁	ごはん	オレンジ	鶏ミンチ	牛乳 バナナ 味しらべ	牛乳 マリー	11 火
			ロースカツ 卵焼き	カリフラワーのサラダ	しゅうまい パスタ	彩り野菜むすび	みかん	白身魚	牛乳 プリンタルト	牛乳 ハッピーターン	12 水
13 7	十 牛		豚肉のプルコギ風	ひじきとチーズのサラダ	厚揚げの味噌汁	ごはん	りんご	鶏ミンチ	牛乳 お好み焼き	牛乳 カントリーマーム	13 木
14 🕏	全 牛		鰆のみそバター焼き	ひき肉いり金平	レタススープ	ごはん	バナナ	白身魚	牛乳 アップルケーキ	牛乳 星食べよう	14 金
15 🖠	上 牛	乳 卵ボーロ	南瓜のシチュー	ツナマヨサラダ		黒糖パン	黄桃缶	鶏ミンチ	牛乳 まがりせんべい	牛乳 おかし	15 ±
16	1										16
17 F] 牛		鰆の南蛮漬け	炒り豆腐	そぼろ豚汁	ごはん	オレンジ	白身魚	牛乳 バナナケーキ	牛乳 ぽたぽた焼き	17 月
18 ク	と 牛		ハンバーグ	スパゲッティサラダ	卵スープ	ごはん	りんご	鶏ミンチ	フルーツポンチ	牛乳 味しらべ	18 火
19 7	k 牛	乳 きなこせんべい				ごはん			フレンチトースト	牛乳 ムーンライト	19 水
20 7	十		からあげ	リャンパンサンスウ	豆乳スープ	ごはん	黄桃缶	鶏ミンチ	牛乳 ミニパン	牛乳 雪の宿	20 木
			カレーライス	カニカマサラダ		ごはん	ヨーグルト	白身魚	牛乳 おふのラスク	牛乳 ホームパイ	21 金
22 =	上 牛	乳 白い風船	親子丼		大根の味噌汁	ごはん	バナナ	鶏ミンチ	牛乳 ミニたい焼き	牛乳 おかし	22 ±
23	1										23 📙
24 F	1										24 月
25 /		30 = 7 .	塩サバ	高野豆腐の卵とじ	もずくスープ	ごはん	パイナップル	白身魚	みかん ハッピーターン	牛乳 カントリーマーム	25 火
		30)1 11	チキン南蛮	胡瓜和風サラダ	なめこ汁	ごはん	りんご	鶏ミンチ	牛乳 カステラ	牛乳 マリー	26 水
			鮭の甘酢あん	レバーの甘辛煮	豚汁	ごはん	黄桃缶	白身魚	牛乳 ミニパン	牛乳 ミニサラダ	27 木
28 🕏) 牛		ポークケチャップ	もやしの酢の物	マカロニスープ	ごはん	バナナ	鶏ミンチ	牛乳 練乳蒸しパン	牛乳 星食べよう	28 金
29 🖠	上 牛	乳 アンパンマンビスケット	ちゃんぽん	キャベツとコーンのサラダ		ちゃんぽん	ぶどうゼリー	白身魚	牛乳 源氏パイ	牛乳 おかし	29 ±
30	1										30 ⊟

<:	< 介 護 献 立 >								
11,	月	主菜	副菜	介護系副菜	スープ	主食			
対象	·····································	全 員	全 員	全 員	全 員	全 員			
1	土	ししゃも	ひじきの炒り煮	梅干し	玉ねぎの味噌汁	御飯			
2	日	ペンネサラダ	ほうれん草シューマイ	つぼ漬け	わかめの味噌汁	御飯			
3	月	高野豆腐とエビの卵とじ	イワシの梅煮	さくら漬け	キャベツの味噌汁	御飯			
4	火	かぼちゃの煮物	納豆	しば漬け	人参の味噌汁	御飯			
5	水	れんこんのきんぴら	じゃがいものコーンクリーム煮	たいみそ	南瓜の味噌汁	御飯			
6	木	豆腐の卵とじ	切り干し大根の煮物	あおかっぱ	玉ねぎの味噌汁	御飯			
7	金	卯の花	キャベツの塩昆布	やさいふりかけ	大根の味噌汁	御飯			
8	土	五目煮	カリフラワーのきんぴら	のり佃煮	小松菜の味噌汁	御飯			
9	日	いこみこうや	さんま生姜煮	めんたい	ほうれん草の味噌汁	御飯			
10	月	ひじきの炒り煮	シュウマイ	さくら漬け	さつま芋の味噌汁	御飯			
11	火	オムレツ	ソテー	イチゴジャム	南瓜スープ	食パン			
12	水	揚げ茄子の鶏ミンチ	納豆	つぼ漬け	えのきの味噌汁	御飯			
13	木	春雨サラダ	豆腐の卵とじ	おかかふりかけ	じゃがいもの味噌汁	御飯			
14	金	ししやも	白和え	梅干し	玉ねぎの味噌汁	御飯			
15	土	ほうれん草シューマイ	ブロッコリーのおかか和え	たいみそ	しめじの味噌汁	御飯			
16	日	オムレツ	きんぴらごぼう	梅干し	キャベツの味噌汁	御飯			
17	月	五目煮	キャベツの塩昆布	高菜漬け	油揚げの味噌汁	御飯			
18	火	がんもの煮物	いんげんの胡麻和え	やさいふりかけ	人参の味噌汁	御飯			
19	水	ソテー	ウインナー	チョコジャム	野菜スープ	ロールパン			
20	木	高野豆腐とエビの卵とじ	納豆	しその実	キャベツの味噌汁	御飯			
21	金	切り干し大根の煮物	いわしの生姜煮	めんたい	豆腐の味噌汁	御飯			
22	土	かぼちゃの煮物	カリフラワーのきんぴら	のり佃煮	小松菜の味噌汁	御飯			
23	日	揚げ茄子の鶏ミンチ	いんげんの胡麻和え	味噌漬け	えのきの味噌汁	御飯			
24	月	いこみこうや	ブロッコリーのおかか和え	卵ふりかけ	玉ねぎの味噌汁	御飯			
25	火	がんもの煮物	ほうれん草シューマイ	つぼ漬け	しめじの味噌汁	御飯			
26	水	春雨サラダ	キャベツの塩昆布	めんたい	油揚げの味噌汁	御飯			
27	木	切り干し大根の煮物	納豆	さくら漬け	なめこの味噌汁	御飯			
28	金	オムレツ	ソテー	マーマレードジャム	南瓜のスープ	ロールパン			
29	土	ししゃも	ひじきの炒り煮	たいみそ	人参の味噌汁	御飯			
30	日	いこみこうや	ブロッコリーのおかか和え	のり佃煮	もやしの味噌汁	御飯			

* * * * * * 介護系副菜 スープ 全 員 全 員

おくらの味噌汁

卵スープ

デザート

全 員

フルーツカクテル

プリン

洋梨缶

黄桃缶

午後おやつ

全員・放課後

酒まんじゅう

カステラ

カプリコ・星食べよ

まがりせんべい・甘酒 田が粧芸したい

主食

全 員

ちゃんぽん

御飯

御飯

御飯

11月

象坟

30

主菜

全 員

鮭の味噌バター焼き

ちゃんぽん

牛肉の甘辛煮

副菜

全 員

キャベツとコーンのサラダ

紅しょうが

しその実・あおかっぱ

しその実・紅しょうが

梅干し・べったら清

胡麻ドレサラダ

パンプキンサラダ

タラのケチャップ焼き ほうれん草とコーンのナムル

4	火	ブリの照り焼き	ひじきと豆の炒り豆腐	高菜漬け・たくあん	きのこの味噌汁	御飯	みかん	黒砂糖蒸しパン
5	水	ポークカレー	海藻サラダ	らっきょう・福神漬け		ポークカレー	バナナ	かっぱえびせん・アルフォート
6	木	鯖の三味焼き	ピーフンサラダ	奈良漬け・胡瓜風味	豚汁	御飯	パイナップル	水ようかん
7	金	鶏肉のオーロラ焼き	胡瓜とわかめの酢の物	さくら漬け・甘酢生姜	コーンスープ	御飯	りんご	クリームパン
8	土	三色丼	トマトサラダ	白菜漬け	ビーフン汁	三色丼	ヨーグルト	ミニサラダ・たけのこの里
9	日	肉団子の甘酢あんかけ	ブロッコリーサラダ	しば漬け・べったら漬	もやしのスープ	御飯	パイン缶	豆乳ドーナツ
10	月	エビカツ	ツナコーンサラダ	胡瓜風味・しその実	キャベツの味噌汁	御飯	バナナ	ハッピーターン・源氏パイ
11	火	八宝菜	ポテトサラダ	たくあん・紅しょうが	筍の汁	御飯	りんご	チョコパン
12	水	鮭のネギだれ	竹輪と切り干し大根のサラダ	昆布佃煮・しば漬け	ごぼうの味噌汁	御飯	オレンジ	マドレーヌ
13	木	チキン南蛮	スパゲッティ胡麻ドレサラダ	高菜漬け・白菜漬け	キャベツのスープ	御飯	プリン	スイートポテト
14	金	カレイチリソース	胡瓜とチーズサラダ	福神漬け・味噌漬け	けんちん汁	御飯	パイナップル	メープルマフィン
15	土	親子丼	柚子ドレ	べったら漬	えのきとかまぼこのすまし汁	親子丼	ぶどうゼリー	ガトーレーズン・サッポロポテト
16	日	鰆の胡麻醬油焼き	コーンサラダ	たくあん・奈良漬け	かきたま汁	御飯	フルーツミックス	カスタードケーキ
17	月	鶏肉の塩麹焼き	白菜の白和え	しば漬け・福神漬け	もやしの味噌汁	御飯	りんご	二色あんぱん
18	火	サバの味噌煮	ブロッコリーあんかけ	茄子漬・べったら漬	玉ねぎの味噌汁	御飯	パイナップル	ロールケーキ
19	水	豚肉の生姜焼き	炒り豆腐	さくら漬け・白菜漬け	ソーセージスープ	御飯	みかん	クリームコンフェ
20	木	鰆のムニエル	大根のツナサラダ	べったら漬・しば漬け	豚汁	御飯	りんご	コーンとチーズケーキ
21	金	マーボー茄子	リャンパンサンスウ	はりはり漬け・奈良漬け	ニラときのこのスープ	御飯	オレンジ	ジャリパン
22	1 +	ニーイン	出爪の酢は陥和っ	紅しょうが		ニーイン	プロン	± 2 1* 銀苗

プリン もみじ饅頭 22 | 土 | ラーメン 胡瓜の酢味噌和え 紅しょうが ラーメン

23

洋梨缶 豚キャベツ味噌炒め チーズサラダ さくら漬け・高菜漬け もやしの味噌汁 御飯 スイスパウム・雪の宿

呉汁 鰆の南蛮清け マカロニサラダ 野沢菜・たくあん 御飯 フルーツみつ豆缶 ミニたい焼き

者込みハンバーグ アスパラ中華炒め 高草漬け・レその実 ミネストローネ 炊き込みご飯 パイナップル 誕生日ケーキ

24

タラのムニエル ブロッコリーの和風サラダ べったら清・らっきょう 小松菜の味噌汁 御飯 バナナ フルーツヨーゲルト

26

きのこのスープ

リンゴサラダ 御飯 木 鶏肉の野菜みぞれあんかけ つぼ清け・白菜清け レタススープ オレンジ

27 カントリーマーム・サッポロポテト

塩鮭

28 金 カリフラワーサラダ・スパゲッティナポリタン 玉子焼き 肉団子のスープ ひろしおにぎり フルーツカクテル あんぱん 29 八宝菜 おかか和え 高菜漬け・茄子漬 大根の味噌汁 御飯 カクテルゼリー カスタードケーキ

* * * * *	夕食 ****	• •
副菜 (2)	スープ	
五福deごはんのみ	全員(五福deごはん)	全員
3菜のおかか和え・味噌漬け	ごま味噌汁	御飯
	キのマナ	/4日金円

月		主菜	副菜 (1)	副菜 (2)	スープ	主	
\$	Ŕ	全員(五福deごはん)	全員(五福deごはん)	五福deごはんのみ	全員(五福deごはん)	全員(五福d	
	\pm	魚の野菜あんかけ	春雨サラダ	白菜のおかか和え・味噌漬け	ごま味噌汁	御飯	
	日	豚肉のキムチ炒め	もやしとツナの和え物		きのこ汁	御飯	
	月	塩サバ	ブロッコリーサラダ	白菜漬け	かまぽこのすまし汁	ちらし寿司	
	火	鶏のきのこあんかけ	かにかまのマヨ和え	さつま揚げの煮物・甘酢生姜	青梗菜の卵トロとスープ	御飯	

11 対

3

6

8

10

12

13

14

15

16

18

19 ъk

20 木

21 余

22

23

24

26

27

28

29

30

水 鮭の揚げ煮

大分とり天

マスのおろし煮

たちの塩焼き

豚肉のネギ味噌炒め

ポークケチャップ

鯖のパン粉焼き

漬け込み焼き鳥

ほきのピザ風焼き

豚肉の塩だれ炒め

鯖の甘辛あんかけ

鶏肉と里芋の煮物

鶏のトマトソース

カレイのアップルソース 高野豆腐の卵とじ

もやしのナムル

シーザーサラダ

シークワーサードレ

カリフラワーマヨサラダ

うどんサラダ

あじの照り焼き

鰆のみそ焼き

すき焼き風

青椒肉絲

カレーライス

赤魚の煮物

筑前煮

から揚げ

肉じゃが

ブリの煮つけ

カツオフライ

豚肉のべっこう煮

火 鶏のきのこあんかけ かにかまのマヨ和え さつま揚げの煮物・甘酢牛姜 | 青梗菜の卵トロとスープ ほうれん草のすまし汁

ツナとトマトのサラダ 茄子の田舎煮・野沢菜 フルーツサラダ 煮豆・紅しょうが もずくスープ きんぴらごぼう ツナと胡瓜の和風サラダ・しば漬け

うどん汁 ひじきのサラダ 卵焼き・沢庵 アスパラもやしのパター炒め

ベーコンスープ 油揚げの味噌汁 胡麻ドレサラダ 鶏レバーのしぐれ者・白菜漬け ソーメン汁

炒り豆腐 胡瓜の酢味噌和え・ナス清 ほうれん草の味噌汁 ブロッコリーの和風サラダ 白菜とツナの煮物・さくら漬け かきたま汁 ほうれん草の和え物 里芋と大根の煮物・甘酢牛姜 わかめの味噌汁

南瓜サラダ アスパラときのこのポン酢炒め・さくら漬け 茄子の味噌汁 鶏肉とキャベツのパスタ **青菜のお浸し、かつおかりんこ** ポテトオニオンスープ

ハムともやしの中華和え 白菜の味噌汁 ペンネサラダ・白草漬け ミネストローネ きのこの酢の物

ほうれん草のしらす和え アスパラソテー・たくあん とろろ昆布汁 ひじきとチーズサラダ 白身フライ・らっきょう・福神漬け もずく酢 白和え・高菜漬け

コールスロー レンコンの炒め物・昆布佃煮

たらこのポテトサラダ 五日煮・べったら清

ささみのマヨ焼き

ほうれん草の白和え オクラの湯葉和え・しば漬け

ごぼうサラダ・白菜漬け

わかめの酢の物・梅干し

キャベツのサラダ・たくあん

いんげんのマヨおかか和え・味噌漬け

栗とさつまいもの白和え:福神漬け

ポトフ風スープ 油揚げの味噌汁

ほうれん草のシチュー あおさの味噌汁 白菜のコトコトスープ

トマトスープ

ニラ玉スープ

ごぼう汁

さつま芋の味噌汁

キャベツの味噌汁

大根葉の味噌汁

御飯 御飯 御飯 御飯

カレーライス

主食

御飯

十六穀米

(五福deごはん)

水ようかん みかん

パイナップル バナナ りんご パイン缶

デザート

全員(五福deごはん)

パイナップル

コーヒーゼリー

まんじゅう

黄桃缶

りんご

キウイ

バナナ

キウイ

バナナ

りんご

バナナ

バナナ

キウイ

りんご

バナナ

杏仁豆腐

みかん缶

みかん缶

甘夏みかん

抹茶ババロア

オレンジ

みかん缶

オレンジ

オレンジ

らっきょう・福神漬け

高菜漬け・甘酢生姜 昆布佃煮・野沢菜 べったら清・奈良清け

たくあん・しば漬け

味噌漬け・あおかっぱ

白菜漬け・べったら漬

福神漬け・しそ昆布

梅干し・しその実

施設のみ

味噌漬け・野沢菜

甘酢牛姜・味噌漬け

白菜漬け・しその実

紅しょうが・かっおかりんこ

野沢菜・つぼ漬け

しば漬け・ナス漬

たくあん・高菜漬け

梅干し・あおかっぱ

白菜漬け・奈良漬け

さくら漬け・あおかっぱ

甘酢生姜・かっおかりんこ

さくら清け・奈良清け

かつおかりんて・白菜漬け

佃煮昆布・しその実

白草漬け・甘酢牛姜

たくあん・青かっぱ漬け

茄子清・野沢菜

高菜漬け・沢庵

あおかっぱ・きゅうりづけ

しば漬け・梅干し 白菜漬け・さくら漬け