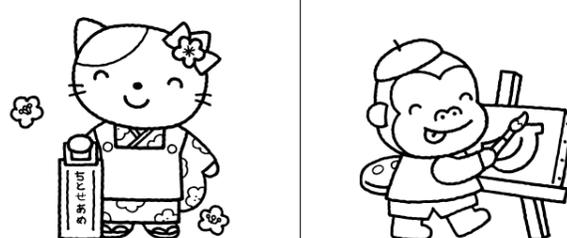
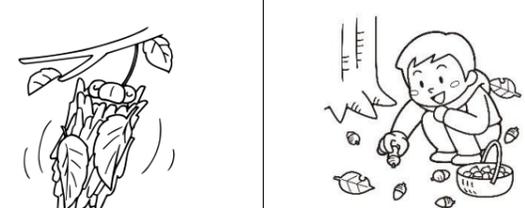


# 11月 予定献立表

嵩見保育所 平成29年11月1日

月	火	水	木	金	土
		<b>1 (バナナ・お茶)</b> <b>麦ごはん</b> 米、大麦 <b>雷豆腐</b> 豆腐、豚ミンチ、人参、たけのこ、玉ねぎ、ごぼう、しいたけ、しらたき、生姜、ごま油、砂糖、醤油、油、片栗粉 <b>じゃがいもの煮物</b> じゃがいも、削り節、砂糖、醤油 <b>きゅうりと人参の胡麻風味</b> きゅうり、人参、醤油、塩、すりごま、ごま油 <b>りんご牛乳・お茶</b> ☆ <b>ツナパン</b> 小麦粉、砂糖、ベーキングパウダー、牛乳、卵、ツナ缶、玉ねぎ、マヨドレ、パセリ <b>牛乳・お茶</b>	<b>2 (星たべよ・お茶)</b> <b>豚肉と野菜の炒め丼</b> 米、豚ミンチ、玉ねぎ、キャベツ、パプリカ、生姜、醤油、みりん、油 ☆ <b>あらめの煮物</b> あらめ、油揚げ、人参、ピーマン、みりん、醤油、砂糖 ☆ <b>ごぼうサラダ</b> ごぼう、人参、きゅうり、ハム、マヨドレ、ごま、うすくち醤油、砂糖 <b>バナナ牛乳・お茶</b> <b>紐落しケーキ</b> <b>牛乳・お茶</b>	<b>3</b> <b>文化の日</b> 	<b>4 (ぼたぼた焼き・お茶)</b> <b>きつねうどん</b> うどん、鶏肉、油揚げ、人参、ねぎ、玉ねぎ、煮干し、うすくち醤油、塩、砂糖、醤油 <b>高野豆腐とかぼちゃの煮物</b> 凍り豆腐、かぼちゃ、削り節、酒、塩、うすくち醤油、砂糖、みりん <b>みかん</b> <b>お茶</b> <b>バナナ・クラッカー</b> <b>お茶</b>
	<b>6 (ふかしいも・お茶)</b> ☆ <b>アンパンマンライス</b> 米、鶏ミンチ、豚ミンチ、鶏ささみ、鶏肉、玉ねぎ、人参、レーズン、生姜、にんにく、塩、ケチャップ、油 <b>クリームシチュー</b> 鶏ミンチ、じゃがいも、人参、玉ねぎ、しめじ、ホワイトソース、ブイヨン、塩、パセリ、油 <b>バナナ牛乳・お茶</b> <b>エジプト焼き</b> いら、うどん、卵、長芋、ケチャップ、マヨドレ <b>牛乳・お茶</b>	<b>7 (さくさくポーロかぼちゃ・お茶)</b> <b>麦ごはん</b> 米、大麦 ☆ <b>魚の南蛮漬</b> 鰯、小麦粉、人参、きゅうり、玉ねぎ、酢、砂糖、うすくち醤油、塩、油 ☆ <b>大根の煮物</b> 大根、煮干し、うすくち醤油、みりん、砂糖 <b>春雨スープ</b> 春雨、白菜、人参、干しいたけ、ピーマン、中華味、塩 <b>柿牛乳・お茶</b> ☆ <b>おから焼きドーナツ</b> おから、上新粉、ベーキングパウダー、ビュアココア、砂糖、マーマレード、豆腐、粉砂糖 <b>牛乳・お茶</b>	<b>8 (あかちゃんせんべい・お茶)</b> <b>麦ごはん</b> 米、大麦 <b>豚ひき肉のマヨドレ焼き</b> 豚ミンチ、じゃがいも、玉ねぎ、人参、ピーマン、マヨドレ、塩、油 ☆ <b>かぶの胡麻醤油和え</b> かぶ、きゅうり、すりごま、醤油、塩 <b>麩の味噌汁</b> 麩、人参、キャベツ、玉ねぎ、にら、味噌、煮干し <b>みかん牛乳・お茶</b> ☆ <b>カルシウムラスク</b> フランスパン、マーガリン、粉チーズ、青のり、すりごま <b>牛乳・お茶</b>	<b>9 (おかかせんべい・お茶)</b> <b>愛情弁当日</b> <b>お茶</b> <b>バナナ・ミレービスケット</b> <b>お茶</b>	<b>10 (紫いもチップス・お茶)</b> ☆ <b>鶏ごぼうパスタ</b> スパゲティ、鶏肉、ごぼう、玉ねぎ、人参、ねぎ、醤油、バター、油 ☆ <b>金時豆の甘煮</b> 金時豆、砂糖、塩 ☆ <b>小松菜と油揚げの和え物</b> 小松菜、人参、えのき、油揚げ、砂糖、醤油 <b>みかん牛乳・お茶</b> <b>ゆかりごはん</b> 米、ゆかり <b>牛乳・お茶</b>
<b>13 (五穀ほんせん・お茶)</b> <b>麦ごはん</b> 米、大麦 <b>すきやき風煮</b> 豚肉、白菜、玉ねぎ、人参、えのき、しらたき、焼き豆腐、しいたけ、長ねぎ、酒、砂糖、醤油、油 <b>かぼちゃの甘煮</b> かぼちゃ、砂糖、うすくち醤油、煮干し <b>菜果なます</b> 大根、きゅうり、柿、酢、砂糖、塩、うすくち醤油 <b>バナナ牛乳・お茶</b> <b>アップルパイ風</b> ワンタンの皮、りんご、砂糖、油 <b>牛乳・お茶</b>	<b>14 (畑のクラッカー・お茶)</b> <b>麦ごはん</b> 米、大麦 <b>さんまの塩焼き大根おろし添え</b> さんま、大根、塩、うすくち醤油 <b>人参ゴマサラダ</b> 人参、きゅうり、ツナ缶、すりごま、酢、オリーブ油、醤油、みりん、塩 <b>さつまい</b> さつまいも、大根、人参、しめじ、ねぎ、白菜、こんにやく、味噌、煮干し <b>みかんお茶</b> ☆ <b>じゃこトースト</b> 食パン、ちりめんじゃこ、青のり、マヨドレ <b>スキムミルク・お茶</b>	<b>15 (ほうれん草せんべい・お茶)</b> <b>麦ごはん</b> 米、大麦 ☆ <b>タンドリーチキン</b> 鶏肉、にんにく、生姜、ヨーグルト、塩、カレー粉、マヨドレ、ケチャップ ☆ <b>ブロッコリーのおかか和え</b> ブロッコリー、削り節、醤油 <b>ニラの野菜スープ</b> キャベツ、人参、にら、干しいたけ、中華味、ごま油、塩 <b>梨牛乳・お茶</b> ☆ <b>もちもちチーズパン</b> おから、白玉粉、牛乳、粉チーズ、塩、油 <b>牛乳・お茶</b>	<b>16 (バナナ・お茶)</b> <b>麦ごはん</b> 米、大麦 <b>つるんチャイナ</b> 春雨、豚肉、人参、もやし、しめじ、たけのこ、干しいたけ、にら、生姜、塩、醤油、酒、砂糖、油 <b>さつまいもの甘煮</b> さつまいも、砂糖、塩 <b>玉ねぎときのこ汁</b> 玉ねぎ、人参、しめじ、えのき、削り節、うすくち醤油、塩 <b>りんご牛乳・お茶</b> ☆ <b>磯ピーズ</b> 大豆、小麦粉、油、ちりめんじゃこ、砂糖、醤油、みりん、ごま、青のり <b>牛乳・お茶</b>	<b>17 (野菜スティック・お茶)</b> <b>カレーライス</b> 米、豚肉、じゃがいも、玉ねぎ、人参、にんにく、カレー肉、油 <b>ひじきの炒り煮</b> ひじき、人参、ちりめんじゃこ、砂糖、醤油 <b>白菜の胡麻和え</b> 白菜、もやし、人参、うすくち醤油、すりごま <b>みかん牛乳・お茶</b> <b>スイートポテトパン</b> <b>牛乳・お茶</b>	<b>18 (さくさくポーロかぼちゃ・お茶)</b> <b>中華丼</b> 米、豚肉、玉ねぎ、人参、しいたけ、チンゲン菜、中華味、うすくち醤油、醤油、塩、ごま油、片栗粉 <b>かぼちゃの味噌汁</b> かぼちゃ、人参、玉ねぎ、煮干し、味噌 <b>オレンジ</b> <b>お茶</b> <b>バナナ・ぼたぼた焼き</b> <b>お茶</b>
<b>20 (ふかしいも・お茶)</b> <b>五目焼きそば</b> 焼きそばめん、豚肉、玉ねぎ、もやし、人参、キャベツ、干しいたけ、ピーマン、ソース、油 <b>大豆とツナの酢の物</b> 大豆、ツナ缶、ほうれん草、人参、ごま、酢、醤油、砂糖、オリーブ油 <b>えのきのすまし汁</b> えのき、玉ねぎ、人参、削り節、塩、うすくち醤油 <b>バナナ牛乳・お茶</b> <b>にんじんごはん</b> 米、人参、塩、パセリ <b>牛乳・お茶</b>	<b>21 (やさいすなック・お茶)</b> <b>麦ごはん</b> 米、大麦 <b>納豆入り卵焼き</b> 卵、納豆、豆腐、豚ミンチ、ねぎ、干しいたけ、醤油、酒、砂糖、塩 <b>まつろくろすけサラダ</b> ひじき、大根、レタス、ピーマン、酢、醤油、ごま油、砂糖、塩 <b>かぶの味噌汁</b> しめじ、えのき、もやし、人参、削り節、うすくち醤油、塩 <b>りんご牛乳・お茶</b> <b>スキムカップケーキ</b> 小麦粉、スキムミルク、バター、砂糖、卵、ベーキングパウダー <b>牛乳・お茶</b>	<b>22 (ミレービスケット・お茶)</b> <b>麦ごはん</b> 米、大麦 ☆ <b>魚のムニエル</b> 鮭、塩、小麦粉、油 ☆ <b>きんぴらごぼう</b> ごぼう、人参、ピーマン、しらたき、ごま、砂糖、醤油、削り節、油 <b>かぶの味噌汁</b> かぶ、玉ねぎ、人参、ねぎ、煮干し、味噌 <b>みかん牛乳・お茶</b> <b>ココア蒸しパン</b> 蒸しパンミックス、ビュアココア <b>牛乳・お茶</b>	<b>23</b> <b>勤労感謝の日</b> 	<b>24 (あかちゃんせんべい・お茶)</b> <b>中華風おこわ</b> 米、もち米、豚肉、人参、たけのこ、ひじき、油揚げ、干しいたけ、生姜、醤油、塩、ごま油、パセリ <b>大豆の煮物</b> 大豆、人参、ごぼう、醤油、みりん、砂糖 ☆ <b>ポトフ</b> 鶏肉、じゃがいも、人参、玉ねぎ、キャベツ、ブイヨン、塩 <b>バナナ牛乳・お茶</b> <b>ジャムサンド</b> 食パン、いちごジャム <b>牛乳・お茶</b>	<b>25 (かぼちゃせんべい・お茶)</b> <b>鶏ミンチ丼</b> 米、鶏ミンチ、人参、玉ねぎ、えのき、ねぎ、中華味、醤油、みりん、油 <b>もやしスープ</b> もやし、ピーマン、白菜、人参、塩、中華味 <b>グレープフルーツ</b> <b>お茶</b> <b>グレープゼリー・畑のクラッカー</b> <b>お茶</b>
<b>27 (サクサクポーロかぼちゃ・お茶)</b> <b>麦ごはん</b> 米、大麦 ☆ <b>鶏レバーの揚げ煮</b> 鶏レバー、生姜、砂糖、醤油、酒、片栗粉、油、牛乳 <b>キャベツとツナの酢の物</b> キャベツ、人参、ツナ缶、酢、砂糖、塩 ☆ <b>里芋の味噌汁</b> 里芋、大根、玉ねぎ、人参、ねぎ、煮干し、味噌 <b>みかん牛乳・お茶</b> <b>キャラメルコーン</b> おつゆ麩、マーガリン、砂糖 <b>牛乳・お茶</b>	<b>28 (ふかしいも・お茶)</b> <b>麦ごはん</b> 米、大麦 ☆ <b>魚の生姜煮</b> 鯖、生姜、酒、みりん、醤油、砂糖 ☆ <b>大根なます</b> 大根、きゅうり、酢、砂糖、ゆず、塩 <b>ワンタンスープ</b> ワンタンの皮、キャベツ、干しいたけ、人参、もやし、ピーマン、中華味、塩、ごま油 <b>柿牛乳・お茶</b> <b>きなこおはぎ</b> もち米、米、きなこ、砂糖、塩 <b>牛乳・お茶</b>	<b>29 (野菜スティック・お茶)</b> <b>わかめごはん</b> 米、炊き込みわかめ ☆ <b>おでん</b> 鶏肉、がんもどき、うずら卵、昆布巻、大根、人参、こんにやく、削り節、醤油 <b>小魚サラダ</b> ちりめんじゃこ、キャベツ、きゅうり、人参、酢、醤油、砂糖 <b>バナナ</b> <b>お茶</b> <b>抹茶クッキー</b> 小麦粉、マーガリン、油、砂糖、抹茶 <b>スキムミルク・お茶</b>	<b>30 (紫いもチップス・お茶)</b> <b>麦ごはん</b> 米、大麦 <b>マカロニグラタン</b> マカロニ、鶏肉、玉ねぎ、しめじ、塩、ホワイトソース、チーズ、パン粉、油、パセリ ☆ <b>もやしとピーマンのカレー醤油和え</b> もやし、ピーマン、人参、カレー粉、醤油 <b>キャベツスープ</b> キャベツ、人参、玉ねぎ、えのき、ブイヨン、うすくち醤油 <b>みかん牛乳・お茶</b> <b>レモンケーキ</b> 小麦粉、ベーキングパウダー、砂糖、卵、バター、生クリーム、スキムミルク、レモン果汁 <b>牛乳・お茶</b>		

保育所行事、材料の都合により献立を変更することがありますのでご了承ください。お茶に使用する水は、有害物質を除去した安全な水です。

上の ( ) は3歳未満児の午前中のおやつです。延長保育の補食は、月曜日・・・わかめごはん、火曜日・・・しおつべごはん、水曜日・・・ごまおごはん、木曜日・・・ゆかりごはん、金曜日・・・おかかごはん を提供します。

☆印はよく噛んで食べることを意識したカミメニューです。よく噛んで食べる食材を使用したもの、固さや弾力のあるもの、水分量の少ないものが対象となっています。