



11月幼児食予定献立表



平成30年11月

認定こども園アリス幼稚園

日曜日	曜日	昼食	おやつ	赤(血や肉になるもの)	黄(熱や力になるもの)	緑(体調を整えるもの)
1	木	きのこご飯 豆腐ハンバーグ 味噌汁 青切みかん	団子の黒蜜かけ 牛乳	ゆで大豆 油揚げ ひじき 鶏肉 島豆腐 ツナ缶 絹ごし 豆腐 卵 牛乳	白米 パン粉 白玉子 きな粉 黒糖	干し椎茸 しめじ エノキダケ 赤ピーマン 人参 キャベツ 大根 椎茸 ネギ 青切みかん
2	金	ビビンバ丼 もずく酢 味噌汁 林檎	オレンジトースト 牛乳	豚肉 もずく 木綿豆腐 わかめ もずく 牛乳	白米 食パン マーマレード	人参 玉葱 ニラ モヤシ 胡瓜 長ネギ 林檎
5	月	五穀米ご飯 鮭のちゃんぽん焼き 甘酢和え なめこ汁 ぶどう	紅芋ドーナツ 牛乳	鮭 かに棒 絹豆腐 卵 牛乳	五穀米 白米 紅芋 小麦粉 砂糖	玉ねぎ キャベツ しめじ 胡瓜 大根 ねぎ ぶどう
6	火	麦ご飯 ポルシチ 切干大根 サラダ パナナ	ヨーグルトパンケー キ 牛乳	牛挽肉 豚レバー挽肉 ツナ缶 卵 ヨーグルト パナナ	白米 押し麦 じゃが芋 ケーキミックス 生クリー ム	人参 玉葱 しめじ サヤインゲン トマトピューレ 切干大根 林檎 胡瓜 パナナ
7	水	 お弁当会  				
8	木	粟ご飯 から揚げチキン ひじき 炒め ゆし豆腐 みかん	アップルケーキ 牛乳	鶏肉 ヒジキ 油揚げ ゆし豆腐 ツキアゲ 卵 牛乳	白米 粟 バター ケーキミックス しらたき	プチトマト 人参 ニラ ねぎ 林檎
9	金	ふりかけご飯 炒り鶏 ソーキ汁 土佐和え フルーツゼリー	芋かりんとう 牛乳	豚ソーキ 長昆布 鶏もも肉 かつお 牛乳	白米 ふりかけ フルーツゼリー	人参 大根 椎茸 牛蒡 筍 いんげん 胡瓜 生姜
10	土	ジュシー 胡瓜の和え物 豚汁 パナナ	うまい棒 チーズ	ツナ缶 ヒジキ シラス 豚肉 チーズ	白米 うまい棒	ニラ 人参 胡瓜 パナナ 大根 ネギ
12	月	ゆかりご飯 白身魚のポテトクリーム焼き 野菜サラダ 鶏汁 温州みかん	豆乳くずもち 牛乳	キング 鶏もも肉 牛乳 豆乳	白米 米粉 タピオカ きな粉 じゃが芋	玉ねぎ レタス 胡瓜 トマト 冬瓜 人参 かいわれ ねぎ みかん
13	火	茄子ミートスパゲティ キャベツの 和え物 卵スープ 梨	昆布おにぎり 牛乳	合挽肉 かに棒 卵 昆布 牛乳	スパ麺 白米	茄子 玉葱 人参 グリンピース 大蒜 ホールトマト キャベツ 胡瓜 梨
14	水	 お弁当会  				
15	木	玄米 すき焼き魚煮 マカロニサラダ 味噌汁 柿	芋天ぷら 牛乳	牛乳 島豆腐 干しブドウ 厚揚げ 牛乳	白米 玄米 マカロニ さつま芋	人参 白菜 胡瓜 林檎 柿 ネギ
16	金	白米ご飯 秋のあじわいカレー ヨーグルト和え	チョコチップ蒸しパン 牛乳	鶏肉 スキムミルク ヨーグルト 卵 ココア	白米 ケーキミックス チョコチップ じゃが芋 ココア さつま芋	大蒜 人参 しめじ 人参 玉ねぎ グリンピース ブロッコリー パイン缶 パナナ
17	土	レタスチャーハン ツナサラダ わかめスープ パナナ	ポテトフライ 牛乳	ベーコン 卵 ツナ缶 わかめ 牛乳	白米 ポテトフライ	玉ねぎ 人参 レタス 胡瓜 ゆで大豆 パナナ かいわれ
19	月	麦ご飯 鯖の竜田揚げ クープイリー ゆし豆腐 林檎	チョコケーキ 牛乳	鯖 刻み昆布 ベーコン ゆで大豆 ゆし豆腐 ツナ缶	白米 押し麦 片栗粉 ケーキミックス ココア	生姜 プチトマト 人参 ニラ ネギ 切コンニャク 林檎
20	火	枝豆ご飯 豚カツ コールスローサラ ダ コンソメスープ プリン	ぜんざい	豚肉 ツナ 卵 金時豆 牛乳	白米 薄力粉 小麦粉 パン粉 押し麦 黒砂糖 プリン	枝豆 プチトマト キャベツ 人参 林檎 胡瓜 赤ピーマン 玉葱 パセリ
21	水	 お弁当会  				
22	木	納豆ご飯 肉じゃが 胡瓜野和え物 なめこ汁 温州みかん	きな粉ラスク 牛乳	豚肉 ツナ缶 絹ごし豆腐 納豆 牛乳	白米 押し麦 きな粉 食パン マーガリン グラニュー糖 じゃが芋	玉ねぎ 人参 グリンピース コーン なめこ ねぎ みかん シラタキ
24	土	 休園(職員きやりアップ研修のため)   				
26	月	芋ご飯 秋刀魚のかば焼き 大根サ ラダ とろろ昆布味噌汁 パイン	チーズサブレ 牛乳	秋刀魚 卵 ツナ缶 絹豆腐 とろろ昆布 卵 粉チーズ	白米 芋 パン粉 小麦粉 ケーキミックス	人参 ニラ コーン みずな ねぎ パイン
27	火	わかめご飯 レバーの唐揚げ ウィンナーソテー 冬瓜の味噌汁 柿	パースデーケーキ 牛乳	豚レバー ウィナー 糸カツオ わかめ	パースデーケーキ	大蒜 もやし 人参 ニラ 冬瓜 ブロッコリー カットコーン ネギ 柿
28	水	 お弁当会  				
29	木	玄米 クラムチャウダー チキンナ ゲット 南瓜煮物 ヨーグルト和え	フレンチトースト 牛乳	あさり ベーコン 牛乳 ナゲット ヨーグルト 卵	白米 もちっと玄米 シチューの素 じゃがいも	玉ねぎ 人参 グリンピース 黄桃缶 フルーツカクテル かぼちゃ
30	金	三枚肉そば 胡瓜とわかめの和え物 ぶどう	いなり寿司 麦茶	三枚肉 丸蒲鉾 鶏ガラ シラス いなり揚げ わかめ	沖縄そば麺 白米	胡瓜 椎茸 人参 からし菜 ねぎ ぶどう

※ 11月3日は文化の日でお休みです

※ 11月23日は生活発表会です。

※ 11月24日(土)職員研修のためお休みさせていただきます。

