

# 11月幼児食予定献立表

令和5年11月

認定こども園アリス幼稚園

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 水	お弁当会				
2 木	粟ご飯 鯖の塩焼き ひじき炒め シメジの味噌汁 みかん	サーターアンダギー 牛乳	鯖 ヒジキ 人参 豚バラ肉 卵 牛乳	白米 芋 薄力粉 ケーキミックス 砂糖 炒り胡麻	白米 芋 ブロッコリーしめじ 人参 ニラ 大根 青切りみかん
3 金	文化の日(休園)				
4 土	ソーメンチャンプルー パナナ 胡瓜の和え物 豚汁	じゅーしいおにぎり 麦茶	ツナ缶 シラス 豚肉 ひじき	ソーメン コンヤク 白米	玉葱 ニラ 人参 大根 ねぎ パナナ
6 月	なすミートスパゲティ ほうれん草のサラダ 卵スープ パナナ	鮭おにぎり 牛乳	合挽肉 鮭フレーク 卵 牛乳	白米 オリブオイル コンソメ ケチャップ	茄子 玉ねぎ 大蒜 ホールトマト グリーンピース スイートコーン 人参 パナナ
7 火	納豆ご飯 ちむしんじ 五目野菜炒め ヨーグルト和え	ココアクッキー 牛乳	納豆 豚肩肉 豆腐 ヨーグルト 卵 牛乳	白米 ケーキミックス ココア パター	人参 玉ねぎ キャベツ ニラ 長ネギ 黄桃缶
8 水	お弁当会				
9 木	ゆかりご飯 赤魚のバター焼き きんぴら牛蒡 ゆし豆腐 林檎	ほうれん草蒸し パン 牛乳	赤魚 ツキアゲ ゆし豆腐 卵 牛乳 チーズ	白米 ゆかりふりかけ ケーキミックス サラダ油	ブロッコリー 牛蒡 人参 ニラ ほうれん草 ネギ 林檎
10 金	麦ご飯 豚カツ 大根サラダ キャベツの味噌汁 梨	マドレーヌケーキ 牛乳	豚肩ロース ツナ缶 薄揚げ 卵 牛乳	白米 押し麦 小麦粉 ケーキミックス パター 砂糖	大根 ブロッコリー 水菜 コーン レモン汁 キャベツ ネギ 梨
11 土	レタスチャーハン ツナサラダ みかん ワカメスープ	かき揚げ 牛乳	ベーコン ツナ缶 わかめ 大豆 わかめ 卵 牛乳	白米 小麦粉 野菜ドレッシング	レタス 人参 玉ねぎ 胡瓜 かいわれ ニラ オレンジ
13 月	チキンカレー コールスローサラダ 蒲萄・林檎ジュース	フレンチトースト 牛乳	鶏肉 卵 牛乳 蒲萄・林檎ジュース	白米 ジャガイモ 食パン 砂糖 マーガリン	玉葱 大根 人参 グリンピース キャベツ 林檎 胡瓜 赤ピーマン
14 火	キノコ炊き込みご飯 照り焼きチキン キャベツのお浸し 厚揚げ味噌汁 林檎	チョコチップ蒸し パン 牛乳	ツナ缶 鶏肉 カツオ削り 厚揚げ 卵 牛乳	白米 ケーキミックス みりん チョコチップ コア 砂糖	エノキ 椎茸 大蒜 人参 大根 キャベツ ネギ 林檎
15 水	お弁当会				
16 木	粟ご飯 魚ハンバーグ 南瓜煮物 白菜サラダ アーサのすまし汁 パイン	シリアルクッキー 牛乳	キングクリップ 鶏挽肉 アーサ ツナ缶 卵 牛乳	白米 粟 ケーキミックス バター 小麦粉 グラノーラ	人参 玉葱 南瓜 冬瓜 小松菜 プチトマト パイン
17 金	麦ご飯 鶏と大根の煮物 豆腐味噌汁 モズク酢(みかん) パナナ	ちんすこう 牛乳	鶏もも肉 もずく 卵 牛乳	白米 小麦粉 キビ砂糖 じゃが芋 片栗粉	大根 人参 椎茸 みかん缶 胡瓜 しめじ ねぎ パナナ
18 土	親子丼 土佐和え オニオンスープ ネーブル	ホットケーキ 牛乳	合挽肉 卵 牛乳 カツオ削り	白米 ケーキミックス マーガリン 砂糖	玉葱 人参 大蒜 レタス グリーンピース 玉葱 パナナ
20 月	ふりかけご飯 ミートローフ マカロニサラダ 冬瓜の味噌汁 みかん	アメリカンドッグ ドッグ 牛乳	島豆腐 ツナ缶 合挽肉 わかめウイナー 卵 牛乳	白米 ふりかけ 片栗粉 マヨネーズ ケーキミックス 小麦粉	玉葱 林檎 冬瓜 しめじ 胡瓜 ブロッコリー 小松菜 みかん
21 火	三枚肉そば 胡瓜とわかめの和え物 プリン	いなり寿司 お茶	三枚肉 鶏ガラ 丸蒲鉾 わかめ シラス 卵	白米 沖縄そば麺 いなり揚げ 砂糖 すし酢	胡瓜 干し椎茸 人参 からし菜 レモン汁 プリン
22 水	お弁当会				
23 木	勤労感謝の日(休園)運動会				
24 金	麦ご飯 ポークアップルソースかけ 南瓜含め煮 厚揚げ味噌汁 ヨーグルト和え	ピーチマフィン 牛乳	豚肩肉 卵 ヨーグルト 厚揚げ 牛乳	白米 押し麦 みりん 三温糖 薄力粉 ケーキミックス	林檎 南瓜 キャベツ ブロッコリー 桃缶 パナナ
25 土	焼きそば 和え物 かきたま汁 オレンジ	ひらやーちー 牛乳	豚バラ肉 鯉節 ツナ缶 卵	中華麺 焼きソバソース 薄力粉 片栗粉	胡瓜 もやし 玉ねぎ 人参 キャベツ ニラ
27 月	中華丼 ナムル 中華スープ 林檎	パースデーケー キ 牛乳	豚肉 ハム ウイナー 卵 牛乳	白米 片栗粉 中華顆粒 パースデーケーキ	白菜 人参 ピーマン キャベツ 椎茸 モヤシ 小松菜 冬瓜 林檎
28 火	麦ご飯 ハニースパイシーチキン ブロッコリーサラダ コーンスープ ぶどう	アップルケーキ 牛乳	鶏もも肉 鯉節豚肉 蒸し蒲鉾 卵 牛乳	白米 押し麦 蜂蜜 バター ケーキミックス	大蒜 ブロッコリー 人参 大根 椎茸 ぶどう
29 水	お弁当会				
30 木	わかめご飯 鯖のカレー焼き 麩チャンプルー ゆし豆腐 みかん	芋クジアンダギー 牛乳	鯖 豚肉 ゆし豆腐 卵 牛乳	白米 さつま芋 芋くず 死力カ 車麩 わかめご飯	キャベツ 人参 ニラ ねぎ みかん

※ 11月3日は文化の日でお休みです

※ 11月23日は勤労感謝の日でお休みです

※ 都合により献立を変更する事もあります

