



# 令和3年 11月 献立表



勾金保育所

日曜	献立名	おやつ	主な材料
1 月	ほうれん草カレー ゆで卵 マカロニサラダ	みたらし団子 牛乳	豚肉 じゃが芋 人参 玉ねぎ ほうれん草 きゅうり マカロニ シーチキン コーン 卵 果物 白玉粉 団子粉 牛乳
2 火	筑前煮 ちくわの磯部揚げ おふのみそ汁	フレンチトースト 牛乳	鶏肉 人参 里芋 ごぼう れんこん こんにゃく 高野豆腐 ちくわ 青のり 玉ねぎ おふ 果物 食パン 卵 牛乳
3 水	<b>文 化 の 日</b>		
4 木	魚のみぞれ煮 切昆布煮 トマト 野菜スープ	台湾カステラ 牛乳	赤魚 大根 切昆布 人参 ごぼう ちくわ 大豆 トマト 玉ねぎ キャベツ 小麦粉 卵 果物 牛乳
5 金	〈クッキング保育〉 唐揚げ れんこんのきんぴら ウインナー ポテトサラダ	ぶどうソフール お菓子	鶏肉 片栗粉 しょうが れんこん 人参 ごま じゃが芋 きゅうり シーチキン コーン ウインナー 果物 ヨーグルト お菓子
6 土	ナポリタン ウインナー 牛乳	お菓子	果物 ベーコン 玉ねぎ 人参 ピーマン コーン トマト スパゲッティ ウインナー 牛乳 お菓子
8 月	クリームシチュー 焼魚(塩鮭)	焼りんごパン	牛乳 鶏肉 じゃが芋 人参 玉ねぎ ブロッコリー コーン 鮭 果物 焼りんごパン 牛乳
9 火	ミートグラタン マカロニサラダ 中華風コーンスープ 味のり	お好み焼き	牛乳 合挽ミンチ 玉ねぎ 人参 じゃが芋 トマト きゅうり マカロニ コーン シーチキン 果物 キャベツ ベーコン 牛乳
10 水	魚のみぞじ焼き 切干大根煮 豆腐のみそ汁	ももゼリー お菓子	牛乳 カレイ 人参 マヨネーズ 切干大根 ちくわ 大豆 しいたけ 豆腐 小ネギ 玉ねぎ 果物 ももゼリー お菓子 牛乳
11 木	チキンカツ 酢の物 コンソメスープ	ジャムサンド	牛乳 鶏肉 小麦粉 卵 パン粉 キャベツ きゅうり 人参 ちくわ 玉ねぎ 果物 食パン いちごジャム 牛乳
12 金	中華焼きそば 鶏肝煮	わんぱくもち	牛乳 豚肉 麵 キャベツ 人参 玉ねぎ ピーマン うずらの卵 コーン 鶏肝 しょうが 果物 米 チーズ ちりめん わかめ 牛乳
13 土	丸天うどん 牛乳 ツナとじゃが芋の甘辛炒め	お菓子	果物 丸天 うどん 小ネギ シーチキン じゃが芋 牛乳 お菓子 果物
15 月	豚汁 かぼちゃの天ぷら	ナイスステック	牛乳 豚肉 人参 玉ねぎ こんにゃく ごぼう さつまい 豆腐 小ネギ かぼちゃ 果物 ナイスステック 牛乳
16 火	麻婆豆腐 ゆで卵 焼魚(塩鯖)	スイートポテト	牛乳 豚ミンチ 豆腐 玉ねぎ 人参 卵 塩鯖 果物 さつまい 生クリーム バター 牛乳
17 水	鮭のみぞ焼き 和え物 すまし汁	いちごソフール	お菓子 鮭 きゅうり 人参 小松菜 ちくわ 卵 玉ねぎ おふ 小ネギ 果物 ヨーグルト お菓子
18 木	コロケ ひじき煮 中華スープ	オープンサンド	ヤクルト 合挽ミンチ 人参 玉ねぎ じゃが芋 卵 小麦粉 パン粉 ひじき 油揚げ ちくわ 大豆 えのき コーン 小ネギ 果物 ロールパン ヤクルト
19 金	わかめうどん かき揚げ	焼きおにぎり	牛乳 うどん わかめ 小ネギ かまぼこ ごぼう 人参 玉ねぎ さつまい 小麦粉 果物 米 かつおぶし 牛乳
20 土	中華丼 卵スープ 牛乳	お菓子	果物 豚肉 キャベツ 玉ねぎ 人参 ピーマン うずら しめじ 米 卵 牛乳 お菓子 果物
22 月	ハヤシライス ポテトサラダ	パウンドケーキ	牛乳 牛肉 玉ねぎ 人参 しめじ じゃが芋 きゅうり シーチキン 果物 卵 小麦粉 牛乳
23 火	<b>勤 労 感 謝 の 日</b>		
24 水	すき焼き風煮 煮卵 金時豆煮	黄粉団子	牛乳 牛肉 白菜 しめじ 人参 糸こんにゃく 焼豆腐 長ネギ 卵 金時豆 果物 もち米 黄粉 牛乳
25 木	魚のミンチ揚げ 拌三絲 大根の味噌汁	マシュマロサンド	牛乳 魚のミンチ 人参 玉ねぎ ピーマン ごぼう 卵 豆腐 きゅうり しいたけ 春雨 大根 油揚げ 小ネギ 果物 リッツ マシュマロ 牛乳
26 金	〈誕生会〉 ハンバーグ スパサラ フライドポテト トマト ブロッコリー コンソメスープ	ケーキ	牛乳 合挽ミンチ 玉ねぎ 人参 じゃが芋 スパゲッティ きゅうり 卵 ハム トマト ブロッコリー 果物 ケーキ 牛乳
27 土	ビビンバ わかめスープ 牛乳	お菓子	果物 米 鶏ミンチ ほうれん草 人参 コーン ゴマ わかめ 玉ねぎ 牛乳 お菓子 果物
29 月	団子汁 焼魚(塩鮭)	バナナクレープ	牛乳 鶏肉 団子粉 人参 玉ねぎ ごぼう こんにゃく 白菜 小ネギ 塩鯖 果物 小麦粉 卵 生クリーム 牛乳
30 火	おでん 味噌マヨ和え 味のり	ケーキドーナツ	牛乳 鶏肉 大根 人参 かまぼこ こんにゃく 厚揚げ ウインナー 卵 小松菜 きゅうり カニカマ 味のり ケーキドーナツ 牛乳

※材料の仕入れ状況により変更になる場合があります。

※ご飯がいない日には日付と曜日を■で塗っています。

※パスタ、カレー類のメニューの時にはスプーン、フォークを持たせてください。