



# 献立予定表

日	曜	献立名	献立材料	おやつ
1	金	ご飯 キャベツメンチ 添え野菜、豚汁	米、豚肉、玉ねぎ、小麦粉、パン粉、ソース、キャベツ、じゃが芋、青のり、人参、ブロッコリー、豆腐、白菜、大根、えのき茸、ねぎ、みそ	プリン お茶
2	土	カレーうどん バナナ	うどん、豚肉、玉ねぎ、青梗菜、人参、ねぎ、あげ、かまぼこ、カレールー、バナナ	乳酸飲料 お菓子
5	火	ご飯 南瓜のそぼろ煮 野菜の和え物、鶏ごぼう汁	米、南瓜、鶏肉、玉ねぎ、人参、いんげん、片栗粉、かにかま、キャベツ、きゅうり、豆腐、ごぼう、ねぎ	★あげパン 牛乳
6	水	<b>おにぎりの日</b> 肉じゃが 納豆和え、大根のみそ汁	豚肉、じゃが芋、人参、玉ねぎ、白滝、いんげん、納豆、しらす、ほうれん草、海苔、ごま、あげ、大根、小松菜、みそ	ヨーグルト せんべい お茶
7	木	コッペパン 鶏のから揚げ ひじき煮、豆腐スープ	コッペパン、鶏肉、生姜、大蒜、片栗粉、ひじき、大豆水煮、白滝、人参、いんげん、かにかま、豆腐、玉ねぎ、椎茸、ねぎ、コンソメ	ホットケーキ 牛乳
8	金	ご飯 赤魚のみりん焼き ゆかり和え、けんちん汁	米、赤魚、みそ、マヨネーズ、ちくわ、キャベツ、きゅうり、人参、しそふりかけ、豚肉、あげ、里芋、大根、ごぼう、ねぎ、みそ	せんべい ビスケット 乳酸飲料
9	土	野菜ラーメン ヨーグルト	中華麺、豚肉、玉ねぎ、人参、筍、もやし、キャベツ、ねぎ、なると、大蒜、生姜、中華だし	お菓子 乳酸飲料
11	月	バターロール かにかま ツナサラダ、スープ	バターロールパン、卵、かにかま、ツナ、キャベツ、きゅうり、人参、ベーコン、玉ねぎ、コンソメ	★大学いも 牛乳
12	火	ご飯 松風焼き、薄くず汁 さつま芋のレモン煮	米、鶏肉、えのき茸、玉ねぎ、卵、パン粉、さつま芋、レモン果汁、あげ、大根、人参、豆腐、かにかま、青梗菜、片栗粉	★クッキー 牛乳
13	水	<b>おにぎりの日</b> コロツケ 野菜の和え物、沢煮椀	じゃが芋、豚肉、玉ねぎ、小麦粉、パン粉、ソース、ちくわ、きゅうり、キャベツ、わかめ、豚肉、大根、ほうれん草、人参、椎茸	コーンフレーク 牛乳
14	木	ご飯 ハンバーグ マセドアンサラダ、みそ汁	米、合いびき肉、玉ねぎ、人参、パン粉、卵、牛乳、ケチャップ、じゃが芋、きゅうり、ハム、チーズ、マヨネーズ、あげ、切り干し大根、小松菜、みそ	★ジャムサンド 牛乳
15	金	ミルクロールパン 豆腐の肉あんかけ おかか和え、スープ	ミルクロールパン、豆腐、豚肉、玉ねぎ、筍、人参、いんげん、生姜、片栗粉、ブロッコリー、コーン、マヨネーズ、鰹節、あげ、大根、キャベツ、ベーコン、もやし、コンソメ	ぶどうゼリー お茶
16	土	五目うどん ゼリー	うどん、鶏肉、玉ねぎ、人参、ほうれん草、ねぎ、あげ、なると、ゼリー	お菓子 乳酸飲料



小丸山認定こども園

日	曜	献立名	献立材料	おやつ
18	月	バターロールパン オムレツ サラダ、野菜スープ	バターロールパン、卵、鶏肉、玉ねぎ、チーズ、人参、パセリ、牛乳、ケチャップ、ハム、キャベツ、きゅうり、コーン、マヨネーズ、なると、豆腐、しめじ、中華だし	★蒸しパン 牛乳
19	火	ご飯 白身魚のケチャップあん マカロニサラダ、スープ	米、白身魚、小麦粉、玉ねぎ、人参、しめじ、ピーマン、生姜、大蒜、ケチャップ、片栗粉、コンソメ、マカロニ、きゅうり、ハム、マヨネーズ、豆腐、小松菜、えのき茸	ミニクリームパン 牛乳
20	水	<b>おにぎりの日</b> 鶏の竜田揚げ 甘酢和え、めった汁	鶏肉、生姜、片栗粉、かにかま、もやし、きゅうり、みかん缶詰、わかめ、豚肉、豆腐、さつま芋、大根、人参、ごぼう、ねぎ、みそ	ヨーグルト せんべい お茶
21	木	コッペパン 海老焼売 春雨サラダ、たまごスープ	コッペパン、(冷)海老焼売、春雨、ハム、きゅうり、卵、ベーコン、青梗菜、玉ねぎ、えのき茸、中華だし	★マシュマロサンド 牛乳
22	金	海老ピラフ 肉団子、レタスサラダ コンソメスープ	米、むき海老、玉ねぎ、バター、人参、いんげん、コーン、コンソメ、豚肉、パン粉、レタス、きゅうり、かにかま、青梗菜、もやし、ベーコン	せんべい 乳酸飲料
25	月	ミルクロールパン とんかつ かにかまのサラダ、スープ	ミルクロールパン、豚肉、小麦粉、パン粉、ソース、ケチャップ、かにかま、ブロッコリー、きゅうり、人参、コーン、ベーコン、コンソメ	せんべい バナナ 牛乳
26	火	ご飯 具たくさん卵焼き さわやか漬け、みそ汁	米、卵、ツナ、玉ねぎ、パセリ、じゃが芋、人参、キャベツ、きゅうり、パイナップル、あげ、南瓜、青梗菜、みそ	★大豆飴 お茶
27	水	<b>おにぎりの日</b> 鯖のみそ煮 野菜ソテー、蓮根汁	鯖、生姜、みそ、ウインナー、ブロッコリー、玉ねぎ、人参、ひじき、コンソメ、蓮根、小松菜、えのき茸	★豆乳ドーナツ 牛乳
28	木	ご飯 じゃが芋のそぼろ煮 3色おひたし、みそ汁	米、じゃが芋、人参、玉ねぎ、いんげん、鶏肉、キャベツ、きゅうり、大根、あげ、わかめ、みそ	ゴマビスケット チーズ お茶
29	金	豚肉とほうれん草のカレー 大根サラダ りんごゼリー	米、豚肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋、ほうれん草、大蒜、ソース、ケチャップ、りんご、コンソメ、カレーウ、バター、ツナ、切り干し大根、きゅうり、りんごゼリー	せんべい 乳酸飲料
30	土	ソース焼きそば バナナ	中華麺、豚肉、玉ねぎ、人参、ピーマン、もやし、キャベツ、ソース、コンソメ、バナナ	お菓子 乳酸飲料

\* 使用頻度が高い調味料は省略しています。(食塩、胡椒、醤油、砂糖、酢、サラダ油、昆布、鰹、煮干だし)

\* 11月献立の平均栄養素(以上児)・・・たんぱく質23g、脂質18.9g、塩分2g、エネルギー554kcal

(未満児)・・・たんぱく質18.4g、脂質15g、塩分1.6g、エネルギー443kcal

\* 行事等により献立が変更することがあります。

\* 毎週水曜日は「おにぎりの日」です。

※ おにぎりの具材は傷みやすい食材(ハム、チーズ等)は避け、梅干か紫蘇にしてください。

