2024年11月　献立表　　　　　　　　かんのん町保育園

【新しく取り入れる旬の食材】

・バナナ（１５日）
・柿（１９日）

●1歳児の柿は、加熱での提供になります
●使用食材につきましては、アレルギー等に配慮し具体的に明記をしています。園で初めて食べる食材がないように、献立を確認し、先にご家庭で試してみてください
●申し出がない場合は、献立通りの提供になります

今月のくだものは
「りんご・甘夏みかん缶・みかん・柿」です。

・ 12日は多文化おやつです。
・ 15日は誕生日会です。
※納品の関係により、変更することがあります。
マヨネーズはアレルギー不使用のものを使用します。

乳児の朝のおやつは
毎日牛乳です

日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料 熱と力になるもの	材料 血や肉や骨になるもの	材料 体の調子を整えるもの	調味料
1	金	ごはん 家常豆腐 もやしのおかか和え すまし汁（わかめ・ねぎ） りんご	さつま芋のきな粉スティック 牛乳	米、ごま油 さとう、片栗粉 さつまいも	厚揚げ 豚ひき肉、みそ 花鰹 きな粉 牛乳	にんじん、たまねぎ、にら にんにく、もやし、きゅうり わかめ、ねぎ、りんご	しょう油、出汁、塩
2	土	ごはん しょうが焼き 大根ごまサラダ 味噌汁（豆腐・えのき） 甘夏みかん缶	ホットケーキ 牛乳	米、さとう、油 エッグケアマヨネーズ ごま ホットケーキミックス メープル風シロップ	豚こま肉、豆腐 みそ 豆乳 牛乳	たまねぎ、しょうが、だいこん わかめ、にんじん、えのき 甘夏みかん缶	しょう油、出汁 料理酒
3	日	文化の日					
4	月	振替休日					
5	火	中華丼 ひじきサラダ 味噌汁(厚揚げ・ねぎ） みかん	きなこボーロ 牛乳	米、ごま油 片栗粉、油 さとう、小麦粉 ごま	豚こま肉 厚揚げ、みそ きな粉、豆乳 牛乳	たまねぎ、キャベツ、にんじん ひじき、だいこん、きゅうり ねぎ、みかん	しょう油 中華だし、酢 出汁 ベーキングパウダー
6	水	カレーうどん アジの和風ムニエル わかめと胡瓜の和え物 りんご	さつま芋ごはん 牛乳	うどん、片栗粉 油、小麦粉 さとう、ごま油 米、さつま芋、ごま	豚こま肉 あじ ツナフレーク 牛乳	にんじん、たまねぎ、もやし にんにく、わかめ、きゅうり はくさい、りんご	出汁、みりん、しょう油 塩、カレー粉 料理酒、酢
7	木	ごはん 鶏むね肉のパン粉焼き キャベツのおかか和え すまし汁（大根・えのき） みかん	サンマーメン（神奈川） 牛乳	米、パン粉 エッグケアマヨネーズ やきそば麺 ごま油、片栗粉	鶏むね肉 花鰹 豚ひき肉 牛乳	にんにく、のり、キャベツ にんじん、だいこん、えのき みかん、ねぎ、もやし 豆苗	ケチャップ しょう油、出汁、塩 鶏がらだし
8	金	ごはん 豆腐ハンバーグ 切干大根サラダ 味噌汁(小松菜・麩） りんご	チャーハン 牛乳	米、パン粉、油 さとう、片栗粉 ごま、ごま油 麩	豚ひき肉 豆腐 みそ 牛乳	たまねぎ、切干大根 にんじん、きゅうり、こまつな りんご、ねぎ	塩、出汁、しょう油 酢、みりん 中華だし
9	土	ごはん 鶏肉とピーマンのごま味噌炒め マカロニサラダ 味噌汁（白菜・油揚げ） 甘夏みかん缶	ココア蒸しパン 牛乳	米、片栗粉 油、ごま、さとう ごま油、マカロニ エッグケアマヨネーズ ホットケーキミックス	鶏もも肉、みそ 油揚げ 豆乳 牛乳	ピーマン、たまねぎ、しょうが きゅうり、にんじん、はくさい 甘夏みかん缶	料理酒 みりん、塩 出汁 ベーキングパウダー ココア
10	日						
11	月	チキンカレーライス わかめのサラダ りんご	焼きそば 牛乳	米、じゃがいも 油、小麦粉 ごま油、さとう、ごま やきそば麺	鶏もも肉 スキムミルク 豚ひき肉 牛乳	にんじん、たまねぎ、わかめ もやし、きゅうり、りんご キャベツ、のり	カレー粉、塩 コンソメ、ケチャップ ソース 酢、しょう油 寒天、塩
12	火	ごはん 赤魚の煮付け 五色和え 味噌汁（豆腐・ねぎ） みかん	ピザ（イタリア） 牛乳 【多文化おやつ】	米、さとう 小麦粉、油	赤魚 鶏ささみ、花鰹 豆腐、みそ ツナフレーク、チーズ 牛乳	しょうが、こまつな、キャベツ にんじん、しめじ、ねぎ みかん、たまねぎ、ピーマン	出汁、みりん、しょう油 料理酒 ドライイースト、塩 ケチャップ
13	水	ごはん 鶏肉のバンバンジー焼き ツナピーマン炒め わかめスープ りんご	芋ようかん ふかし芋 牛乳	米、ごま、さとう 油、さつまいも	鶏もも肉 ツナフレーク スキムミルク 牛乳	しょうが、もやし、ピーマン わかめ、えのき、りんご	酢、しょう油 コンソメ、中華だし 塩
14	木	いちごジャムサンド ポテトバーグ サワークラフト 豆乳スープ（クリームコーン・人参） りんご	炊き込みごはん 牛乳	食パン、イチゴジャム じゃがいも、バター 油、パン粉、さとう 米	豚ひき肉 豆乳 スキムミルク 油揚げ 牛乳	たまねぎ、のり、キャベツ にんじん、きゅうり、りんご コーン、しめじ	塩、みりん、しょう油 ケチャップ、酢 コンソメ 料理酒

日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料			調味料
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
15	金	ごま塩ごはん カラフルミートローフ ポテトインディアンサラダ 味噌汁(大根・わかめ・油揚げ) みかん	ﾊﾞﾅﾅｹｰｷ(ｺｺｱｿｰｽがけ) 牛乳 【お誕生日会】	米、ごま、パン粉 じゃがいも、バター エッグケアマヨネーズ ホットケーキミックス さとう	豚ひき肉、豆腐 スキムミルク 油揚げ、みそ 牛乳	たまねぎ、にんじん、コーン ピーマン、ブロッコリー きゅうり、だいこん、わかめ みかん、バナナ	塩、ケチャップ ソース カレー粉、出汁 ココア
16	土	ごはん 肉じゃが 野菜スティック 味噌汁(厚揚げ・わかめ) 甘夏みかん缶	ｱｯﾌﾟﾙ＆ｷｬﾛｯﾄｾﾞﾘｰ チーズクラッカー 牛乳	米、じゃがいも さとう、油 エッグケアマヨネーズ クラッカー	豚こま肉 厚揚げ、みそ チーズ 牛乳	たまねぎ、にんじん、きゅうり わかめ、甘夏みかん缶 りんごジュース	しょう油、出汁 アガー
17	日						
18	月	ごはん 鶏肉の味噌マヨネーズ焼き 五目煮豆 すまし汁(豆腐・ねぎ) りんご	粒々みかんゼリー クラッカー 牛乳	米、さとう エッグケアマヨネーズ クラッカー	鶏もも肉、みそ 水煮大豆 油揚げ 豆腐 牛乳	にんじん、ごぼう、だいこん ねぎ、りんご オレンジジュース、みかん缶	しょう油、みりん 出汁、塩 アガー
19	火	あんかけうどん 鯖の塩焼き じゃがいもの磯和え 柿	青菜ごはん(カレー味) 牛乳	うどん、片栗粉 じゃがいも 米、油	豚ひき肉 油揚げ さば 牛乳	にんじん、たまねぎ、はくさい のり、柿、こまつな	出汁、しょう油、塩 カレー粉、コンソメ
20	水	ごはん 豚肉と春雨の炒め煮 小松菜の和え物 味噌汁(さつま芋・玉ねぎ) みかん	きのこ和風パスタ 牛乳	米、油、さとう 春雨、さつまいも スパゲティ、バター	豚こま肉、みそ 牛乳	たまねぎ、しょうが、こまつな もやし、にんじん、みかん しめじ、のり	料理酒 しょう油、酢、出汁
21	木	ロールパン ポークビーンズ キャベツナムル 豆乳スープ(白菜・玉ねぎ) りんご	ひじきごはん 牛乳	バターロール さとう、ごま油 ごま、米	水煮大豆 豚こま肉 豆乳、スキムミルク 油揚げ 牛乳	にんじん、たまねぎ、キャベツ もやし、のり、はくさい りんご、ひじき	ケチャップ ソース 中華だし、塩 コンソメ、みりん 料理酒、しょう油
22	金	ごはん 高野豆腐と鶏肉の煮物 れんこんサラダ 味噌汁(なす・わかめ) りんご	まんじゅう 牛乳	米、油、さとう エッグケアマヨネーズ ごま 小麦粉	鶏もも肉 高野豆腐 みそ あずき 牛乳	にんじん、しょうが、れんこん きゅうり、なす、わかめ りんご	出汁、しょう油 酢、ドライイースト ベーキングパウダー
23	土	**勤労感謝の日**					
24	日						
25	月	いちごジャムサンド チキンマカロニグラタン ツナサラダ コンソメスープ(白菜・もやし) みかん	中華おこわ 牛乳	食パン、イチゴジャム マカロニ、油 小麦粉、パン粉 さとう 米、もち米、ごま	鶏もも肉、豆乳 スキムミルク チーズ、ツナフレーク 鶏ひき肉 牛乳	たまねぎ、きゅうり、キャベツ はくさい、もやし、みかん しめじ	塩、コンソメ 酢、しょう油 料理酒
26	火	ごはん レバーの芝麻和え 豆腐とひじきの炒め煮 味噌汁(かぶ) 柿	ミルクくず餅 牛乳	米、ごま油 片栗粉、油 ごま、さとう 黒蜜	豚レバー 豆腐、油揚げ みそ きな粉 牛乳	にんにく、しょうが、ひじき にんじん、れんこん かぶ、かぶの葉 柿	料理酒 しょう油、出汁 みりん
27	水	ごはん たらの田舎焼き 切干大根の炒め煮 味噌汁(小松菜・もやし) りんご	野菜ピラフ 牛乳	米 エッグケアマヨネーズ さとう、油	たら、みそ 高野豆腐 牛乳	ねぎ、しめじ、にんじん 切干大根、こまつな もやし、りんご たまねぎ、ピーマン	料理酒 出汁、みりん しょう油、塩 コンソメ
28	木	高野豆腐のドライカレー さつまいもコロコロサラダ コンソメスープ(白菜・豆苗) りんご	お麩のりせんべい風 牛乳	米、油 片栗粉 さつまいも エッグケアマヨネーズ 麩	高野豆腐 豚ひき肉 牛乳	しょうが、にんにく、たまねぎ ピーマン、きゅうり、にんじん はくさい、豆苗 りんご、のり	カレー粉 ケチャップ トマトピューレ ソース、塩 コンソメ
29	金	ごはん 厚揚げのそぼろ煮 ひじきごま和え 味噌汁(小松菜・油揚げ) みかん	チキンライス 牛乳	米、さとう、油 片栗粉、ごま	厚揚げ 鶏ひき肉 油揚げ、みそ 鶏もも肉 牛乳	にんじん、たまねぎ、ひじき だいこん、きゅうり、こまつな みかん	しょう油、出汁 コンソメ、塩 ケチャップ
30	土	ごはん ポーク野菜中華旨煮 さつま芋のレモン煮 味噌汁(豆腐・なめこ) 甘夏みかん缶	きな粉トースト 牛乳	米、片栗粉 油、さとう さつまいも 食パン、バター	豚こま肉 豆腐、みそ きな粉 牛乳	こまつな、はくさい にんじん、たまねぎ レモン果汁、なめこ 甘夏みかん缶	料理酒 しょう油、中華だし 出汁