様式F114

11月

献　　立　　表

日／曜	献　立　名	10時おやつ 3時おやつ	材料名（昼食・3時おやつ） 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	調味料
02 月	カレーピラフ　牛乳 キャベツのサウザンサラダ かぶの洋風スープ オレンジ	（未）鉄塩せん ＊＊＊3時のおやつ＊＊＊ お麩のスナックきな粉味	米、おつゆ麩、バター、グラニュー糖、油	牛乳、鶏もも肉、大豆水煮、ベーコン、きな粉	キャベツ、オレンジ、たまねぎ、きゅうり、かぶ、にんじん、赤パプリカ、しめじ、ピーマン、スイートコーン、かぶ・葉	ドレッシングサウザンアイランド、うすくちしょうゆ、食塩、コンソメ、スープストック、カレー粉、胡椒
04 水	ご飯、ししゃも焼き　牛乳 きんぴらごぼう のっぺい汁	（未）オレンジ ＊＊＊3時のおやつ＊＊＊ 揚げパン	米、コッペパン、さといも、油、油、グラニュー糖、中双、片栗粉	牛乳、ししゃも、油揚げ	ごぼう、にんじん、だいこん、ねぎ、（冷）さやいんげん	しょうゆ、かつお節、食塩
05 木	ご飯　牛乳 チャプチェ 中華風なすとピーマンの焼浸し 豆腐の中華スープ	（未）むらさきいもせんべい ＊＊＊3時のおやつ＊＊＊ かぼちゃケーキ	米、小麦粉、油、砂糖、はるさめ、ごま油、粉糖	牛乳、豚肉もも、豆腐、卵	なす、（冷）かぼちゃ、たまねぎ、ピーマン、にんじん、赤パプリカ、黄パプリカ、スイートコーン、にら、しいたけ、乾燥ワカメ、しょうが	しょうゆ、うすくちしょうゆ、かつお節、本みりん、白ごま、清酒、鶏がらスープの素、ベーキングパウダー、食塩、シナモン、胡椒
06 金	ご飯　牛乳 かつおのケチャップ煮 ポテトサラダ 白菜のコンソメスープ	（未）赤ちゃんせんべい ＊＊＊3時のおやつ＊＊＊ 鬼まん	米、じゃがいも、さつまいも（皮付き）、片栗粉、上新粉、油、砂糖	牛乳、かつお（秋）	たまねぎ、はくさい、にんじん、きゅうり、赤パプリカ、黄パプリカ、しいたけ、スイートコーン、ピーマン	卵をつかってないマヨネーズ、ケチャップ、うすくちしょうゆ、こいくちソース、清酒、コンソメ、食塩、胡椒、粉パセリ
09 月	菜めしごはん　牛乳 厚揚げのおろしかけ 里芋の煮物 小松菜の味噌汁	（未）鉄塩せん ＊＊＊3時のおやつ＊＊＊ お好み焼き	米、（冷）里芋、小麦粉、板こんにゃく、油、中双	牛乳、（冷）絹厚揚げ、ロースハム、油揚げ	キャベツ、だいこん、こまつな、にんじん、ごぼう、ねぎ、干ししいたけ、あさつき	かつお節、中濃ソース、しょうゆ、赤みそ、本みりん、白みそ、菜めし、花かつお、青のり
10 火	ナポリタンスパゲティー　牛乳 フレンチサラダ かぶの豆乳スープ	（未）おこめせん ＊＊＊3時のおやつ＊＊＊ コアコアヨーグルト	カットスパゲティー（乾）、じゃがいも、油、砂糖	牛乳、ヨーグルト、調製豆乳、ベーコン	たまねぎ、キャベツ、かぶ、きゅうり、ピーマン、赤パプリカ、にんじん	ケチャップ、米酢、中濃ソース、食塩、コンソメ、胡椒
11 水	ご飯　牛乳 えびのみじん粉揚げ れんこんとひじきのサラダ 大根の味噌汁	（未）オレンジ ＊＊＊3時のおやつ＊＊＊ ふかし芋	さつまいも、米、みじん粉、油、上新粉	牛乳、尾付殻なしエビ、豆腐、油揚げ	れんこん、だいこん、にんじん、（冷）さやいんげん、ねぎ、ひじき	卵をつかってないマヨネーズ、赤みそ、かつお節、白みそ、しょうゆ、白ごま、食塩
12 木	ご飯　牛乳 チキンカレー 鉄人サラダ みかん	（未）むらさきいもせんべい ＊＊＊3時のおやつ＊＊＊ 米粉マカロニのみたらし風	米、じゃがいも、米粉マカロニ、小麦粉、バター、中双、油、片栗粉、砂糖	牛乳、鶏もも肉	にんじん、たまねぎ、みかん、ほうれんそう、グリンピース、干しぶどう、しょうが、にんにく	しょうゆ、米酢、こいくちソース、ケチャップ、コンソメ、カレー粉、食塩、ローリエ、胡椒
13 金	ご飯、うま煮　牛乳 きゅうりとはんぺいの酢の物 豆腐の吸物	（未）赤ちゃんせんべい ＊＊＊3時のおやつ＊＊＊ りんごケーキ	米、さといも、小麦粉、砂糖、油、中双、粉糖	牛乳、鶏肉もも、豆腐、はんぺい、卵	りんご、きゅうり、キャベツ、にんじん、はくさい、だいこん、ごぼう、（冷）さやいんげん、干ししいたけ、乾燥ワカメ	かつお節、うすくちしょうゆ、米酢、しょうゆ、清酒、ベーキングパウダー、食塩、シナモン
16 月	ご飯　牛乳 八宝菜 ひじきのナムル 中華スープ	（未）鉄塩せん ＊＊＊3時のおやつ＊＊＊ チーズポンデ	米、白玉粉、油、小麦粉、砂糖、ごま油、片栗粉	牛乳、豚肉もも、豆腐、パルメザン粉チーズ	にんじん、はくさい、たまねぎ、キャベツ、きゅうり、ねぎ、チンゲンサイ、たけのこ水煮、スイートコーン、ひじき、しょうが、乾燥ワカメ	米酢、しょうゆ、うすくちしょうゆ、鶏がらスープの素、ベーキングパウダー、食塩、胡椒
17 火	カレーうどん　牛乳 にんじんサラダ バナナ	（未）おこめせん ＊＊＊3時のおやつ＊＊＊ 五平餅	うどん、米、砂糖、片栗粉、油	牛乳、鶏もも肉	バナナ、にんじん、たまねぎ、緑豆もやし、ほうれんそう、ねぎ、スイートコーン	しょうゆ、白ごま、清酒、かつお節、米酢、赤みそ、本みりん、食塩、カレー粉
18 水	ご飯、さんまの南蛮漬け　牛乳 白菜のごま和え 切干大根の味噌汁	（未）みかん ＊＊＊3時のおやつ＊＊＊ お麩のスナックのり塩味	米、おつゆ麩、油、片栗粉、油、砂糖	牛乳、さんま、油揚げ	はくさい、緑豆もやし、にんじん、ねぎ、切り干し大根、乾燥ワカメ	しょうゆ、赤みそ、かつお節、米酢、白みそ、白ごま、青のり、食塩、
19 木	ご飯　牛乳 鶏肉の香味焼き 関東煮、オレンジ	（未）むらさきいもせんべい ＊＊＊3時のおやつ＊＊＊ 大学芋	さつまいも（皮付き）、米、（冷）里芋、板こんにゃく、中双、油	牛乳、鶏もも肉、はんぺい	だいこん、オレンジ、ねぎ、しょうが	竹輪５０ｇ×５入、しょうゆ、かつお節、本みりん、清酒
20 金	バイキング給食　牛乳	（未）赤ちゃんせんべい ＊＊＊3時のおやつ＊＊＊ 米粉のカップケーキ	米、じゃがいも、米粉のカップケーキ、さつまいも、油、片栗粉	牛乳、さわら、鶏もも肉	ブロッコリー、りんご、みかん、にんじん、きゅうり、スイートコーン、乾燥ワカメ、しょうが、バナナ	卵をつかってないマヨネーズ、西京味噌、しょうゆ、清酒、本みりん、食塩、花かつお、胡椒
24 火	紅葉ごはん　牛乳 秋さけの幽庵焼き（ゆず） 友禅和え 茶碗蒸し	（未）おこめせん ＊＊＊3時のおやつ＊＊＊ いもようかん	米、さつまいも、砂糖	牛乳、秋鮭、卵、鶏もも肉	だいこん、にんじん、きゅうり、人参（紅葉型）、ゆず果汁、根みつば、干ししいたけ、ゆず果皮	うすくちしょうゆ、米酢、かつお節、しょうゆ、本みりん、清酒、食塩、丸寒天
25 水	ご飯、いわしフライ　牛乳 切干大根のお浸し なめこの味噌汁	（未）みかん ＊＊＊3時のおやつ＊＊＊ 米粉の苺蒸しパン	米、上新粉、パン粉、油、いちごジャム、小麦粉、砂糖、油、ごま油	牛乳、いわし開き、調製豆乳	ほうれんそう、にんじん、切り干し大根、なめこ、みつば、乾燥ワカメ	赤みそ、ケチャップ、かつお節、凍り豆腐（細ぎり）、しょうゆ、中濃ソース、ベーキングパウダー、食塩、胡椒
26 木	ご飯　牛乳 鶏肉のマーマレード焼き ブロッコリーのサラダ ミネストローネ	（未）むらさきいもせんべい ＊＊＊3時のおやつ＊＊＊ 揚げきな粉パン	米、コッペパン、じゃがいも、油、米粉マカロニ、マーマレード、グラニュー糖、油、砂糖	牛乳、鶏もも肉、ベーコン、きな粉	ブロッコリー、にんじん、トマト水煮、たまねぎ、スイートコーン	米酢、うすくちしょうゆ、しょうゆ、清酒、コンソメ、食塩、胡椒、粉パセリ
27 金	ほうとう　牛乳 ごぼうサラダ バナナ	（未）赤ちゃんせんべい ＊＊＊3時のおやつ＊＊＊ ゆかりおにぎり	うどん、米、砂糖	牛乳、鶏もも肉	バナナ、にんじん、ごぼう、かぼちゃ、だいこん、（冷）さやいんげん、ねぎ、しめじ	白みそ、卵をつかってないマヨネーズ、赤みそ、かつお節、米酢、しょうゆ、ゆかり、白ごま
30 月	ご飯　牛乳 けいちゃん ひじきの和え物 かぶの吸物	（未）鉄塩せん ＊＊＊3時のおやつ＊＊＊ レーズンバー	米、小麦粉、砂糖、バター、油	牛乳、鶏もも肉、牛乳	たまねぎ、キャベツ、かぶ、こまつな、にんじん、干しぶどう、（冷）さやいんげん、ひじき、だし昆布、しょうが、乾燥ワカメ、にんにく、かぶ・葉	しょうゆ、うすくちしょうゆ、かつお節、清酒、赤みそ、本みりん、食塩、ベーキングパウダー、胡椒
毎週土	クロワッサン 牛乳		クロワッサン	牛乳	【牛乳の提供について】こども園幼稚園部の子は昼食に提供します。こども園保育園部と、その他保育所については、午後のおやつで牛乳を提供します。	