



11月の給食献立



たかがみねこども園

日付	給食	おやつ	材料名 (○はおやつ材料)		
			黄色の食品 (熱と力になる)	赤色の食品 (血や肉や骨になる)	緑色の食品 (体の調子を整える)
1 金	<かみかみメニュー> もち麦ごはん 牛肉とごぼうのしぐれ煮 小松菜のごま和え さつま芋の味噌汁	和風きなこプリン	米、もち麦、さつまいも、ごま、○砂糖、○黒砂糖(たんぼぼ組：不使用)、砂糖、○片栗粉	○豆乳、牛肉、みそ、○きな粉、○ゼラチン	こまつな、ごぼう、たまねぎ、にんじん、きょうな
2 土	サンドイッチ ポテトスープ	牛乳 健康志向菓子	食パン、じゃがいも、マヨネーズ、油、○健康志向菓子	○牛乳、卵、チーズ、ハム	きゅうり、たまねぎ、パセリ、にんじん
5 火	ごはん 鶏肉とさつま芋の甘辛煮 もやしと水菜のおかか和え 豆腐の味噌汁	牛乳 健康志向菓子 肝油ドロップ	米、さつまいも、砂糖、○健康志向菓子	○牛乳、鶏肉、豆腐、みそ、○煮干し、かつお節	もやし、きょうな、しめじ、にんじん、ねぎ、わかめ
6 水	ごはん 鮭のムニエル ブロッコリーのごま和え キャベツのすまし汁	牛乳 ココアりんごケーキ	米、○薄力粉、○砂糖、○油、薄力粉、砂糖、片栗粉、ごま	○牛乳、さけ、○卵	ブロッコリー、○りんご、キャベツ、たまねぎ、にんじん、えのきたけ、ねぎ、○ココア
7 木	ビーフカレー(南瓜ソテー) レタスともやしのサラダ	牛乳 みかん 肝油ドロップ	米、じゃがいも、油	○牛乳、牛肉、ハム	○みかん、たまねぎ、かぼちゃ、にんじん、レタス、もやし
8 金	食パン&いちごジャム マカロニグラタン コールスローサラダ さつま芋スープ	牛乳 抹茶ういろ(乳児組：小豆クッキー※)	食パン、いちごジャム、○砂糖、さつまいも、マカロニ、○薄力粉・上新粉(幼児組)、薄力粉、油、砂糖、ハ	○牛乳、牛乳、鶏肉、チーズ、ベーコン	たまねぎ、キャベツ、にんじん、ほうれんそう、コーン、○抹茶(幼児組)
9 土	いきいきファミリーデー(さくら組) ☆持ち帰り給食				
11 月	手作りふりかけごはん 白身魚の照焼き れんこん金平 小松菜の味噌汁	ミルージュ(カルシウムプラス) 健康志向菓子 肝油ドロップ	米、砂糖、ごま油、ごま、○健康志向菓子	○ミルージュ、カレー、みそ、油揚げ、ちくわ、煮干し、○煮干し、かつお節	れんこん、こまつな、にんじん、こんぶ、いんげん、あおのり
12 火	マーボー丼 ほうれん草ともやしのナムル 春雨と玉子のスープ	牛乳 バナナ	米、片栗粉、はるさめ、砂糖、油、ごま油、ごま	○牛乳、豆腐、豚ひき肉、卵、みそ	○バナナ、もやし、たまねぎ、ほうれんそう、にんじん、しいたけ、しょうが(たんぼぼ組：不使用)
13 水	ごはん 鶏肉の生姜焼き 水菜のツナ煮 じゃが芋の味噌汁	牛乳 ぶどうゼリー	米、○砂糖、砂糖、○ぶどうジュース、じゃがいも	○牛乳、鶏肉、みそ、ツナ缶、○ゼラチン	きょうな、はくさい、チンゲン菜、にんじん、なめこ、ねぎ、しょうが(たんぼぼ組：不使用)
14 木	食パン&マーガリン 焼きそば もやしのスープ	牛乳 大学芋	焼きそばめん、食パン、○さつまいも、○水あめ、○油、マーガリン、○砂糖、油、ごま油、○ごま	○牛乳、豚肉	もやし、キャベツ、にんじん、しいたけ、ねぎ、あおのり
15 金	ごはん 牛肉ときのこの炒め物 小松菜の納豆和え はんぺんのすまし汁	牛乳 豆腐ドーナツ	米、○ホットケーキミックス、○油、○粉糖、油、砂糖	○牛乳、牛肉、○豆腐、はんぺん、納豆	こまつな、たまねぎ、しめじ、にんじん、えのきたけ、わかめ、ねぎ、のり

16 土	鶏肉うどん キャベツのごま和え ふりかけごはん	牛乳 健康志向菓子	うどん、米、砂糖、ご ま、○健康志向菓子	○牛乳、鶏肉	キャベツ、にんじん、 ねぎ
18 月	ごはん 鯖の塩焼き (乳児組：鯖の塩焼き) 高野豆腐の煮物 かぼちゃの味噌汁	牛乳 お好み焼き	米、○お好み焼き粉、 ○油、○マヨネーズ、 砂糖	○牛乳、さば(乳児 組：さわら)、○豚 肉、高野豆腐、みそ、 ○桜えび	かぼちゃ、○キャベ ツ、にんじん、きょう な、いんげん、○あお のり
19 火	<収穫祭> ごはん さつまいもの天ぷら 大根葉の炒め煮 豚汁	牛乳 みかん 肝油ドロップ	米、さつまいも、てん ぷら粉、油、砂糖、ご ま	○牛乳、豚肉、みそ、 油揚げ、ちりめんじゃ こ、かつお節	○みかん、はくさい、 だいこん、だいこんの 葉、にんじん、ごぼ う、ねぎ
20 水	ごはん 鮭のムニエル ブロッコリーのごま和え キャベツのすまし汁	牛乳 やさしいゼリー(鉄分フ ラス)	米、薄力粉、砂糖、片 栗粉、ごま	○牛乳、さけ	ブロッコリー、キャベ ツ、たまねぎ、にんじ ん、えのきだけ、ね ぎ、○やさしいゼリー
21 木	ハヤシライス (ウインナーソテー) 大根サラダ (収穫祭予備日)	牛乳 人参パン	米、じゃがいも、○小 麦粉、○上新粉、○砂 糖、砂糖、○バター	○牛乳、牛肉、ポール ウインナー、ちりめん じゃこ	たまねぎ、だいこん、 にんじん、○にんじ ん、だいこんの葉
22 金	<お誕生会メニュー> お好みサンド 白菜とりんごのサラダ さつまいもシチュー	牛乳 わらびもち(乳児組： きな粉クッキー)	ロールパン、さつまい も、○砂糖、○でん粉 (幼児組)、油、砂 糖、○油(乳児組)	○牛乳、牛乳、ウイン ナー、卵、鶏肉、○き な粉、卵(乳児組)	はくさい、たまねぎ、 にんじん、りんご、ほ うれんそう、レーズン
25 月	手作りふりかけごはん 白身魚の照焼き れんこん金平 小松菜の味噌汁	牛乳 さつまいものみたらし	米、○さつまいも、○ 砂糖、○片栗粉、砂 糖、ごま油、ごま	○牛乳、カレイ、み そ、油揚げ、ちくわ、 煮干し、かつお節	れんこん、ごまつな、 にんじん、こんぶ、い んげん、あおのり
26 火	マーボー丼 ほうれん草ともやしのナムル 春雨と玉子のスープ	野菜ジュース(にんじ ん&りんご/鉄分フ ラス) 健康志向菓子 肝油ドロップ	米、片栗粉、はるさ め、砂糖、油、ごま 油、ごま、○健康志向 菓子	豆腐、豚ひき肉、卵、 みそ、○煮干し	もやし、たまねぎ、ほ うれんそう、にんじ ん、しいたけ、しょう が(たんぼほ組：不使 用)、○野菜ジュース (にんじん&りんご)
27 水	ごはん 鶏肉の生姜焼き 大根のツナ煮 白菜の味噌汁	牛乳 いちごジャムの蒸しパン	米、○ホットケーキ ミックス、○砂糖、砂 糖、○油、○いちご ジャム	○牛乳、鶏肉、みそ、 ツナ缶、○卵、○コン デンスミルク	だいこん、はくさい、 にんじん、なめこ、だ いこんの葉、ねぎ、 しょうが(たんぼほ 組：不使用)
28 木	食パン&マーガリン 焼きそば もやしのスープ	牛乳 りんご 肝油ドロップ	焼きそばめん、食パ ン、マーガリン、油、 ごま油	○牛乳、豚肉	○りんご、もやし、 キャベツ、にんじん、 しいたけ、ねぎ、あお のり
29 金	<かみかみメニュー> もち麦ごはん 牛肉とごぼうのしぐれ煮 小松菜の納豆和え さつまいもの味噌汁	牛乳 シリアルクッキー (乳児組：レーズンの クッキー)	米、さつまいも、○ ホットケーキミッ クス、○マーガリン、○ 砂糖、○コーンフレ ーク(乳児組：不使 用)、砂糖	○牛乳、牛肉、みそ、 納豆	ごまつな、ごぼう、た まねぎ、にんじん、○ レーズン、きょうな、 のり
30 土	チャーハン キャベツのナムル わかめスープ	牛乳 健康志向菓子	米、油、ごま油、ご ま、○健康志向菓子	○牛乳、卵、ベーコン	キャベツ、ねぎ、にん じん、コーン、わかめ

※11月8日(金)小豆クッキーの材料…ホットケーキミックス、ゆで小豆缶、マーガリン

※入荷の都合等により、献立を変更することがありますがご了承ください。

※料理酒、こしょうを使用する場合があります。

※だしは、煮干し/昆布/鰹節/鯖節/飛魚/椎茸のいずれかを使用しています。

※肝油ドロップはビタミンA 補給のため、2歳児(ちゅうりっぷ組)以上のクラス
に提供します。(肝油ドロップは栄養機能食品です)

※食物アレルギーの場合、アレルギー物質の除去もしくは代替品での対応をします。

(医師の診断書を提出してください)

※りんごや梨は国の事故防止ガイドラインに基づき、1歳半ごろまで加熱して提供します。

お弁当日

・ ゆり : 6 日
・ うめ : 12 日

