

11月

献立表

中尾保育所

| 日付 | 献立名 | 材料名 | おやつ | |
|-----|------------------------|-------------------------------------|-----------|-----------|
| | | | 午前 0-2歳児 | 午後 |
| 1水 | 魚のあんかけ 華風サラダ 糸肉豆 | 魚のあんかけ 片栗粉 人参 玉ねぎ 椎茸 ほうろく こんにゃく 糸肉豆 | 牛乳 小原せんべい | 牛乳 手作りおやつ |
| 2木 | 朝ごはん じゃがいも汁 切干大根煮 | じゃがいも 人参 玉ねぎ 切干大根 味噌 | 牛乳 ハリナ | 牛乳 ビスケット |
| 4土 | マーボー豆腐 キューザ | 豚肉 人参 玉ねぎ 椎茸 豆腐 味噌 しょう油 | 牛乳 豆腐 | 牛乳 豆腐 |
| 6月 | 根菜カレー コールスロー ゆず酢 | 豚肉 人参 玉ねぎ 椎茸 じゃがいも 根菜 味噌 | 牛乳 ビスコ | 牛乳 手作りおやつ |
| 7火 | 五目煮豆 ニラとコンの和え物 玉ねぎ炒め | 大豆 人参 玉ねぎ 椎茸 こんにゃく 五目 味噌 | 牛乳 枝豆 | 牛乳 せんべい |
| 8水 | 魚のあんかけ じゃがいも汁 マカロニサラダ | 魚のあんかけ じゃがいも汁 マカロニ | 牛乳 豆腐 | 牛乳 手作りおやつ |
| 9木 | 豆腐のあんかけ じゃがいも汁 マカロニサラダ | 豆腐 人参 玉ねぎ 椎茸 じゃがいも汁 マカロニ | 牛乳 豆腐 | 牛乳 豆腐 |
| 10金 | 愛情弁当の日 | 小麦粉 卵 砂糖 | 牛乳 ラズク | 牛乳 手作りおやつ |
| 11土 | 八宝菜 シーフマイ | 豚肉 人参 玉ねぎ 椎茸 シーフマイ | 牛乳 チーズ | 牛乳 豆腐 |
| 13月 | ミルク入りお粥 じゃがいも汁 マカロニ | じゃがいも汁 マカロニ | 牛乳 豆腐 | 牛乳 手作りおやつ |
| 14火 | お誕生会 | | 牛乳 ハリナ | 牛乳 せんべい |
| 15水 | 魚のあんかけ じゃがいも汁 清汁 | 魚のあんかけ じゃがいも汁 清汁 | 牛乳 蒸しパン | 牛乳 ビスケット |
| 16木 | じゃがいも汁 じゃがいも汁 煮豆 | じゃがいも汁 煮豆 | 牛乳 豆腐 | 牛乳 手作りおやつ |
| 17金 | じゃがいも汁 じゃがいも汁 煮豆 | じゃがいも汁 煮豆 | 牛乳 豆腐 | 牛乳 豆腐 |
| 18土 | じゃがいも汁 じゃがいも汁 煮豆 | じゃがいも汁 煮豆 | 牛乳 豆腐 | 牛乳 ビスケット |
| 20月 | じゃがいも汁 じゃがいも汁 煮豆 | じゃがいも汁 煮豆 | 牛乳 豆腐 | 牛乳 豆腐 |
| 21火 | おでん 煮豆 和え | おでん 煮豆 和え | 牛乳 豆腐 | 牛乳 手作りおやつ |
| 22水 | じゃがいも汁 じゃがいも汁 煮豆 | じゃがいも汁 煮豆 | 牛乳 ビスケット | 牛乳 せんべい |
| 24金 | じゃがいも汁 じゃがいも汁 煮豆 | じゃがいも汁 煮豆 | 牛乳 ビスコ | 牛乳 手作りおやつ |
| 25土 | 和食 春巻 | 豚肉 人参 玉ねぎ 椎茸 豆腐 春巻 | 牛乳 ハリナ | 牛乳 豆腐 |
| 27月 | じゃがいも汁 じゃがいも汁 煮豆 | じゃがいも汁 煮豆 | 牛乳 チーズ | 牛乳 枝豆 |
| 28火 | 和食 春巻 | 豚肉 人参 玉ねぎ 椎茸 豆腐 春巻 | 牛乳 豆腐 | 牛乳 せんべい |
| 29水 | 魚のあんかけ 華風サラダ 糸肉豆 | 魚のあんかけ 片栗粉 人参 玉ねぎ 椎茸 ほうろく こんにゃく 糸肉豆 | 牛乳 小原せんべい | 牛乳 手作りおやつ |
| 30木 | じゃがいも汁 じゃがいも汁 煮豆 | じゃがいも汁 煮豆 | 牛乳 豆腐 | 牛乳 豆腐 |



根菜類をよくかんで
食の免疫力を高め
かぜの予防をしよう!

