

2021年度 11月献立表

ちゅうりっぷ・かんばり当日 12日・すずらん当日 5日

希望の家カトリック保育園

日	1・15・29	2・16	17	4・18	5・19	6・20
昼食	☆マッサマンカレー ♡蕪とりんこの サラダ	ごはん ♡さつま芋のかき揚げ ♡白菜のおかか和え 豚汁	ごはん 豚肉と小松菜の煮物 ☆わかめのホットナムル のっぺい汁	麦ごはん 鮭の塩こうじ焼 ♡青梗菜の煮びたし ♡さつま芋のみそ汁	♡きのこごはん 肉じゃが ♡法蓮草の胡麻和え 大根のみそ汁	ふわふわ丼 白菜のみそ汁
材料	米 鶏肉 じゃがいも たまねぎ にんじん にんにく 鶏がら ローリエ ココナッツミルク カレーペースト タマリンド コーンスターチ きゃべつ かぶ りんご スイートコーン ゆず 米酢 さとう しお サラダ油	米 ちりめんじゃこ さつまいも たまねぎ みつば しお 小麦粉 サラダ油 はくさい 太もやし こまつな かつお節 しょうゆ さとう	米 豚肉 こまつな あつあげ さとう しょうゆ だし(削り節) わかめ 豆もやし しめじ にんにく ごま油 しょうゆ さとう	米 押麦 鮭 塩こうじ ちんげんさい にんじん 油揚げ しょうゆ しょうゆ さとう みりん だし(削り節) さつまいも たまねぎ 青ねぎ みそ だし(昆布・煮干し)	米 しめじ まいたけ 油揚げ しょうゆ さとう 牛肉 じゃがいも たまねぎ にんじん 糸こんにゃく さんどまめ しょうゆ みりん さとう 酒 ほうれんそう 太もやし ごま さとう しょうゆ だいこん かいわれだいこん みそ だし(昆布・煮干し)	米 木綿豆腐 鶏ミンチ たまねぎ にんじん こまつな しょうゆ さとう みりん 片栗粉 だし(削り節) はくさい だいこん 青ねぎ みそ だし(削り節)
おやつ	かむこんぶ お菓子 スキムミルク スキムミルク さとう ココア	柿 お菓子 牛乳 	鶏焼きそば 牛乳 中華そば 鶏肉 きゃべつ しお ソース	きな粉ちんすこう 牛乳 きな粉 小麦粉 ラード さとう	子手ミ 牛乳 豚ミンチ 小麦粉 片栗粉 たまねぎ きくな しょうゆ ごま油 	お菓子
昼食	8・22 ごはん 西京煮 ♡白菜のおひたし わかめのすまし汁	9・30 豚丼 ♡豆もやしと きのこのスープ	10・24 パン 鶏肉のマヨカレー焼 ♡蕪の豆乳シチュー	11・25 ごはん 高野豆腐の オランダ煮 なめこのみそ汁	12・26 麦ごはん ♡鯖のみそ煮 きんぴら 湯葉のすまし汁	13・27 豚みそうどん バナナ
材料	米 鶏肉 だいこん にんじん こんにゃく しいたけ さとう みそ しょうゆ だし(削り節) はくさい 太もやし ちんげんさい かつお節 しょうゆ さとう わかめ たまねぎ しょうゆ だし(昆布・削り節)	米 豚肉 鶏レバー 玉ねぎ にんじん 赤みそ しょうゆ さとう 酒 土生姜 サラダ油 豆もやし エリンギ こまつな 鶏がら 土生姜 しお	フランスパン 鶏肉 マヨドレ カレー粉 しお かぶ たまねぎ にんじん かぼちゃ ブロッコリー カリフラワー 豆乳 鶏がら ローリエ しお コーンスターチ	米 ちりめんじゃこ 高野豆腐 鶏肉 たまねぎ じゃがいも にんじん びーまん さとう みりん しょうゆ 酒 だし(削り節) なめこ ごぼう とうふ 青ねぎ みそ だし(昆布・煮干し)	米 押麦 さば みそ さとう 酒 みりん ごぼう にんじん れんこん 平天 さんどまめ しょうゆ さとう みりん ゆば こまつな ゆりね しょうゆ だし(昆布・削り節)	うどん 豚肉 はくさい こまつな にんじん だいこん 油揚げ みそ しょうゆ だし(昆布・削り節) バナナ
おやつ	じゃこ お菓子 スキムミルク スキムミルク さとう ミロ	おから蒸しパン 牛乳 おから 小麦粉 さとう ベーキングパウダー 豆乳 サラダ油	クッパ(もも・ばら) トック(ゆり~幼児) 牛乳 米(もも・ばら) トック(ゆり~幼児) 牛ミンチ みつば かつお節 しょうゆ	オレンジゼリー 牛乳 オレンジジュース さとう アガー 	りんご お菓子 牛乳 	お菓子

☆: 多文化メニュー ♡: 旬の食材 仕入の都合により献立が変更になる場合があります。ご了承ください