



# 11月献立表



平成30年11月発行  
こくふ子ども園

## 七五三、千歳飴の始まり

11月15日は七五三のお祝いの日です。神社へのお参りとともに習慣とされているのが千歳飴を配ることですが、千歳飴は七五三が始まった江戸時代より続く伝統のお菓子です。飴は、江戸の庶民の代表的なお菓子でしたが、もとは「せんねん飴」「せんざい飴」と呼ばれていました。千年の寿命を保つという意味が込められています。



1日(木)	2日(金)	3日(土)
ごはん 鶏肉のさっぱり煮 (鶏肉、生姜、にんにく、醤油、砂糖、酢) マカロニサラダ (マカロニ、キャベツ、きゅうり、人参、ハム、マヨネーズ) 白菜のみそ汁 (白菜、玉葱、人参、油揚げ、みそ、いりこ) フライドポテト (じゃが芋、青のり、塩、油) 牛乳	ロールパン 具沢山みそちゃんぽん (中華麺、豚肉、人参、にんにく、キャベツ、干し椎茸、きくらげ、もやし、さやえんどう、かまぼこ、エビ、醤油、みそ、砂糖、鶏がらだし、ごま油) 焼きししゃも (ししゃも) 果物 しおっぱおにぎり (米、しおっぱ) チーズ	文化の日 

5日(月)	6日(火)	7日(水)	8日(木)	9日(金) サンシャインランチ	10日(土)
秋の遠足 	ごはん 里芋と鶏肉のから揚げ (里芋、鶏肉、にんにく、生姜、塩、こしょう、酒、酢、砂糖、醤油、片栗粉、油) ほうれん草のコーンと和え (ほうれん草、コーン、人参、ごま、醤油) もやしのすまし汁 (もやし、わかめ、豆腐、葱、いりこ、醤油、塩) 果物 スノーボール (小麦粉、砂糖、バター、粉砂糖、アーモンドフードル、マーブルチョコ) 牛乳	きのこスパゲティ (スパゲティ、ベーコン、玉葱、干し椎茸、人参、えのき、しめじ、ピーマン、油、コンソメ、醤油、刻みのみ) 甘酢和え (キャベツ、人参、きゅうり、ごま、醤油、砂糖、酢) コンソメスープ (じゃが芋、玉葱、人参、大根、パセリ、コンソメ) 果物 味噌おにぎり (米、みそ、砂糖、みりん) チーズ	ごはん 魚の塩焼き (魚、酒、塩) 切干大根の含め煮 (切干大根、人参、いんげん、さつまいも、砂糖、醤油) 豚汁 (豚肉、大根、さつまいも、人参、玉葱、ごぼう、油揚げ、葱、こんにゃく、いりこ、みそ) クレープ (小麦粉、牛乳、卵、バター、いちごジャム、チーズ) 牛乳	カツサンド (豚肉、にんにく、塩、こしょう、天ぷら粉、パン粉、油、食パン、キャベツ、ウスターソース、中農ソース、ケチャップ) コーンスープ (卵、玉葱、コーン、クリームコーン、パセリ、コンソメ、塩) 果物 ヨーグルト和え (ヨーグルト、砂糖、もも、みかん、パイナップル)	マーボー丼 (米、豚挽肉、豆腐、玉葱、人参、干し椎茸、筍、葱、生姜、みそ、鶏がらだし、砂糖、片栗粉、ごま油) もやしスープ (もやし、人参、玉葱、わかめ、塩、醤油、鶏がらだし) 果物 菓子 牛乳

12日(月) 歯科検診・フック祭	13日(火) 運動教室	14日(水)	15日(木) 七五三参り・遊みしょうの	16日(金) 生活発表会予行練習	17日(土)
ごはん 高野豆腐の卵とじ (鶏肉、高野豆腐、玉葱、人参、グリーンピース、卵、いりこ、醤油、酒、砂糖) 小松菜の磯和え (小松菜、人参、のり、醤油) 玉葱のすまし汁 (玉葱、えのき、わかめ、いりこ、塩、醤油) ツナコーンピザ (ピザ生地、玉葱、ツナ、チーズ、コーン、ケチャップ、マヨネーズ) 牛乳	ごはん 魚の照り焼き (魚、酒、醤油、みりん、砂糖) 和風サラダ (キャベツ、人参、竹輪、もやし、ごま、醤油、マヨネーズ) ごぼうのみそ汁 (ごぼう、豆腐、わかめ、玉葱、いりこ、みそ) ぜんざい (白玉粉、小豆、砂糖、塩)	肉うどん (うどん、牛肉、人参、玉葱、卵、葱、いりこ、醤油、みりん) あさりのしぐれ煮 (水煮あさり、生姜、酒、醤油、みりん) きゅうりのしおっぱ和え (きゅうり、しおっぱ) おかかおにぎり (米、かつお節、ごま、塩、醤油、みりん) チーズ	赤飯 (米、小豆、ごま、塩) おでん (鶏肉、大根、人参、里芋、こんにゃく、がんもどき、昆布、竹輪、鶏がらだし、砂糖、塩、醤油、酒) もやしのナムル (もやし、小松菜、人参、コーン、醤油、砂糖、酢、ごま油) 果物 カリカリトースト (食パン、人参、パセリ、ベーコン、マヨネーズ) 牛乳	ドライカレー (米、合挽肉、玉葱、油、人参、レーズン、醤油、にんにく、カレールウ) スティック野菜 (きゅうり、人参、マヨネーズ) 果物 マドレーヌ (ミックス粉、バター、卵、牛乳、砂糖) 牛乳	鶏肉とごぼうのピラフ (米、鶏肉、ごぼう、ピーマン、人参、玉葱、コーン、マーガリン、塩、こしょう、コンソメ) キャベツスープ (キャベツ、えのき、玉葱、塩、こしょう、コンソメ) 果物 菓子 牛乳

19日(月)	20日(火)	21日(水) 誕生会	22日(木)	23日(金)	24日(土)
ごはん 鶏肉のピカタ (鶏肉、卵、パセリ、塩、粉チーズ、油、小麦粉) 即席揚げ (キャベツ、きゅうり、人参、醤油、塩) 豆腐のすまし汁 (豆腐、えのき、葱、いりこ、醤油、塩)	中華丼 (米、豚肉、イカ、干し椎茸、白菜、筍、玉葱、人参、ピーマン、鶏がらだし、醤油、ごま油、コンソメ、油、片栗粉) コーンわかめスープ (コーン、わかめ、玉葱、人参、卵、鶏がらだし、醤油、塩) 果物 マカロニの安倍川 (マカロニ、きな粉、砂糖、塩) 牛乳	ごはん 豚肉の生姜焼き (豚肉、玉葱、生姜、醤油、砂糖、酒、みりん、油) 南瓜サラダ (南瓜、じゃが芋、ウインナー、レーズン、きゅうり、チーズ、マヨネーズ、塩、こしょう) 油揚げのみそ和え (豆腐、油揚げ、わかめ、葱、いりこ、みそ) ロールケーキ (小麦粉、卵、グラニュー糖、バター、生クリーム) 牛乳	ごはん 魚の天ぷら (魚、塩、酒、天ぷら粉、油) ブロッコリーの酢の物 (ブロッコリー、人参、ごま、酢、砂糖) じゃが芋のすまし汁 (じゃが芋、えのき、わかめ、人参、葱、いりこ、醤油、塩) カルピスゼリー (カルピス、もも、寒天)	勤労感謝の日 	カルシウムご飯 (米、わかめ、しらす、かつお節、桜エビ、ごま、醤油、みりん、酒、ごま油) ふのみそ汁 (ふ、玉葱、人参、葱、いりこ、みそ) 果物 菓子 牛乳

26日(月) 音楽教室	27日(火) 神楽教室	28日(水) 浜田農産学校交流会	29日(木)	30日(金)	
ごはん パンキンキッシュ (南瓜、ベーコン、人参、玉葱、ほうれん草、卵、バター、生クリーム、牛乳、塩、こしょう、チーズ) コールスローサラダ (キャベツ、人参、酢、きゅうり、油、塩、マヨネーズ、こしょう) オニオンスープ (玉葱、人参、しめじ、パセリ、塩、醤油、コンソメ) 果物 ウインナーパイ (パイ生地、ウインナー、卵) 牛乳	ごはん 厚揚げとじゃがいもの煮物 (厚揚げ、じゃが芋、筍、豚肉、人参、いんげん、油、砂糖、醤油) キャベツのごま和え (キャベツ、人参、ごま、醤油) 大根のみそ汁 (大根、人参、玉葱、葱、卵、いりこ、みそ) ジャムサンド (食パン、いちごジャム、マーガリン) 牛乳	ごはん チキンムニエル (鶏肉、塩、こしょう、小麦粉、カレー粉、粉チーズ、油) 小松菜のしらす和え (小松菜、人参、しらす、ごま、醤油) きのこのすまし汁 (しめじ、えのき、椎茸、人参、葱、卵、いりこ、醤油、塩) お好み焼き (小麦粉、卵、人参、キャベツ、長芋、豚肉、エビ、葱、青のり、かつお節、中農ソース、ウスターソース、ケチャップ) 牛乳	あんかけ焼きそば (中華麺、豚肉、人参、ピーマン、キャベツ、玉葱、鶏がらだし、塩、こしょう、醤油、ごま油、片栗粉) 和風ポトフ (豚肉、大根、人参、じゃが芋、こんにゃく、いんげん、いりこ、醤油、塩、みりん) 果物 わかめおにぎり (米、わかめふりかけ) チーズ	ごはん サーモンフライ (魚、酒、塩、天ぷら粉、パン粉、油) 大豆サラダ (水煮大豆、じゃが芋、きゅうり、人参、チーズ、マヨネーズ) かきたま汁 (玉葱、人参、じゃが芋、葱、卵、いりこ、醤油、塩) さつまいもりんごの含め煮 (さつまいも、りんご、バター、砂糖、レーズン、レモン汁) 牛乳	インフルエンザの季節です 

3歳児未満児のみ午前のおやつ(牛乳100ml)があります。 行事、材料の都合により献立を一部変更することがあります。



