



# 11月献立表



令和3年11月発行  
ながさわ子ども園

	1日(月)	2日(火)	3日(水)	4日(木)	5日(金)	6日(土)
	<b>ご飯</b> 魚の幽庵焼き サケ、ゆず、エリンギ、椎茸、醤油、酒、みりん、ほうれん草 白菜の磯辺和え 白菜、人参、しらす干し、海苔、醤油 豆腐の味噌汁 豆腐、玉葱、なす、いりこ、味噌 マニッシュパン ミックス粉、ヨーグルト、抹茶、砂糖、チョコ 牛乳	<b>★さつま芋入り</b> コロッケサンド 食パン、豚ミンチ、塩、じゃが芋、さつま芋、玉葱、こしょう、小麦粉、油、きゃべつ、ソース、ケチャップ ポキポキサラダ きゅうり、人参、大根、ごま油、醤油 ふわふわスープ 玉葱、人参、葱、卵、コンソメ、塩 菜飯おにぎり 米、押し麦、菜飯ふりかけ 牛乳	<p style="text-align: center;">文化の日</p>	<b>シーフードスパゲティ</b> スパゲティ、油、あさり、いか、エビ、ウインナー、玉葱、しめじ、塩、こしょう、バター、海苔 ブロッコリーのおかか和え ブロッコリー、人参、かつお節、醤油 コーンスープ コーン、玉葱、パセリ、コンソメ、塩 オレンジ ★アレンジスイートポテト さつま芋、バター、砂糖、スキムミルク、塩、チョコ、コーンフレーク、ごま 牛乳	<b>ご飯</b> ポークビーンズ 大豆、豚肉、玉葱、人参、じゃが芋、トマト、砂糖、ケチャップ、塩、醤油、にんにく、油 きゃべつサラダ きゃべつ、人参、卵、塩、こしょう、油 とろみ汁 ごぼう、玉葱、白菜、葱、片栗粉、いりこ、塩、醤油 バナナ 牛乳寒(みかんソース) 牛乳、寒天、砂糖、みかん、コーンスターチ	<b>きのこの炊き込みご飯</b> 米、人参、しめじ、椎茸、えのき、油揚げ、ごぼう、さつま芋、薄口醤油 南瓜の味噌汁 南瓜、玉葱、葱、いりこ、味噌 バナナ菓子 牛乳
おやつ						
	8日(月)	9日(火)	10日(水)	11日(木)	12日(金)	13日(土)
	<b>ご飯</b> ★さつま肉じゃが 牛肉、さつま芋、人参、玉葱、しらたき、いんげん、油、砂糖、醤油 白菜の梅和え 白菜、小松菜、人参、梅干し、醤油 おつゆの味噌汁 おつゆ、玉葱、なす、葱、いりこ、味噌 カレーパンロールパン 合挽ミンチ、油、にんにく、玉葱、小麦粉、パン粉、カレールウ 牛乳	<b>ご飯</b> アジカツ アジ、にんにく、塩、小麦粉、パン粉、油、南瓜 コーンスーラダ きゃべつ、きゅうり、パイン、レーズン、油、酢、塩、こしょう ワンタンスープ ワンタンの皮、玉葱、チンゲン菜、豆腐、醤油、鶏がらだし、塩 りんご りんご、人参、あさり、油、酢、砂糖、醤油 白菜の味噌汁 白菜、玉葱、えのき、葱、いりこ、味噌 ★アライドさつま芋 さつま芋、塩、片栗粉、油 牛乳	<b>わかめご飯</b> 米、押し麦、わかめふりかけ 豆腐のあんかけ 豆腐、鶏ミンチ、人参、玉葱、いんげん、片栗粉、醤油、砂糖、みりん、かつお節、油 炒めなます れんこん、人参、あさり、油、酢、砂糖、醤油 白菜の味噌汁 白菜、玉葱、えのき、葱、いりこ、味噌 ★アライドさつま芋 さつま芋、塩、片栗粉、油 牛乳	<b>みそちゃんぽん</b> ちゃんぽん麺、豚肉、人参、きゃべつ、もやし、椎茸、かまぼこ、木くらげ、キヌサヤ、にんにく、鶏がらだし、醤油、味噌、砂糖 煮豆 うずら豆、砂糖、塩 ナムル ほうれん草、人参、ハム、ごま、ごま油、酢、砂糖 ★アライドさつま芋 さつま芋、塩、片栗粉、油 牛乳	<b>赤飯</b> もち米、米、小豆、砂糖 ごま塩ふりかけ おでん 鶏肉、こんにゃく、人参、大根、がんもどき、里芋、昆布、醤油、鶏がら わかめスープ わかめ、玉葱、コーン、豆腐、いりこ、醤油、鶏がらだし オレンジ スイーツおにぎり 南瓜、砂糖、レーズン、牛乳、バター 牛乳	<b>チキンライス</b> 米、鶏肉、人参、玉葱、グリーンピース、塩、こしょう、ケチャップ、コンソメ、バター コンソメスープ 玉葱、大根、人参、パセリ、塩、コンソメ オレンジ菓子 牛乳
おやつ						
	15日(月)	16日(火)	17日(水)	18日(木)	19日(金)	20日(土)
	<b>角寿司</b> 米、砂糖、郷土料理 塩、酢、昆布、人参、ごぼう、椎茸、醤油、てんぷら、いんげん サンマの塩焼き サンマ、塩、南瓜、油 豚汁 豚肉、大根、人参、ごぼう、こんにゃく、ちんげん菜、いりこ、味噌 さつま芋ピザ さつま芋、玉葱、コーン、ピーマン、ケチャップ、チーズ 牛乳	<b>ご飯</b> グリルチキン 鶏肉、塩、こしょう、いんげん、醤油 ひじきとれんこんのサラダ ひじき、れんこん、人参、コーン、マヨネーズ、スキムミルク、醤油 きゃべつ味噌汁 きゃべつ、人参、油揚げ、わかめ、いりこ、味噌 きな粉豆腐ドーナツ ミックス粉、豆腐、B.P、砂糖、油、きな粉 牛乳	<b>ご飯</b> 西京焼き カレイ、味噌、酒、醤油、みりん、砂糖、トマト 即席漬け かぶ、きゅうり、人参、醤油、塩 沢煮椀 豚肉、人参、ごぼう、えのき、白葱、いりこ、塩、醤油 ジャムサンド 食パン、いちごジャム 牛乳	<b>ご飯</b> ひじきハンバーグ 合挽ミンチ、ひじき、豆腐、玉葱、豆乳、パン粉、ケチャップ、ブロッコリー 甘酢和え きゃべつ、人参、かまぼこ、塩、砂糖、酢 きのこのスープ えのき、しめじ、なめこ、玉葱、チンゲン菜、コンソメ、塩 ★クリームチーズど りんごのケーキ ミックス粉、りんご、チーズ、卵、バター、砂糖 牛乳	<b>親子うどん</b> うどん、鶏肉、卵、玉葱、椎茸、人参、油揚げ、葱、いりこ、塩、醤油 大豆のいりこ和え 大豆、いりこ、油、片栗粉、砂糖、醤油 切干し大根の梅和え 切干し大根、人参、ほうれん草、梅干し、醤油 りんご 炊き込みおにぎり 米、ひじき、鶏肉、人参、薄口醤油 牛乳	<b>ピラフ</b> 米、ウインナー、人参、玉葱、グリーンピース、コンソメ、バター、塩 小松菜の味噌汁 小松菜、玉葱、えのき、いりこ、味噌 オレンジ菓子 牛乳
おやつ						
	22日(月) 誕生会	23日(火)	24日(水)	25日(木)	26日(金)	27日(土)
	<b>ご飯</b> から揚げ 鶏肉、にんにく、生姜、醤油、塩、みりん、酒、片栗粉、油、じゃが芋、青のり 春雨サラダ 春雨、人参、ほうれん草、絹絲、醤油、マヨネーズ、スキムミルク ミネストローネ ベーコン、玉葱、人参、きゃべつ、マカロニ、トマト、コンソメ、塩 ココアロールケーキ 小麦粉、ココア、卵、砂糖、生クリーム 牛乳	<p style="text-align: center;">勤労感謝の日</p>	<b>やきそばパン</b> ロールパン、やきそば麺、豚肉、人参、きゃべつ、ピーマン、玉葱、ソース、ケチャップ 野菜の花和え ほうれん草、もやし、卵、砂糖、醤油 パンブキンスープ 南瓜、玉葱、パセリ、牛乳、マーガリン、小麦粉、コンソメ りんご 黒米むすび 米、黒米、さつま芋、塩 牛乳	<b>ご飯</b> ★プリと大根の煮物 プリ、酒、生姜、醤油、片栗粉、油、大根、白葱、砂糖、みりん、いりこ ミルクおから おから、豚ミンチ、人参、葱、玉葱、チーズ、牛乳、砂糖、塩、醤油、油 さつま芋の味噌汁 さつま芋、玉葱、油揚げ、味噌、いりこ フルーツ白玉 白玉粉、砂糖、みかん、白桃、パイン、バナナ ホットカルピス	<b>ご飯</b> 四川豆腐 豆腐、豚肉、にんにく、生姜、葱、人参、葱、油、ごま油、醤油、片栗粉 菜果サラダ 白菜、きゅうり、人参、レーズン、りんご、酢、油、塩、こしょう のっぺい汁 里芋、しめじ、ごぼう、大根、人参、葱、いりこ、塩、醤油、片栗粉 味噌まんじゅう 小麦粉、B.P、砂糖、酒、味噌、みりん、砂糖 牛乳	<b>五目寿司</b> 米、酢、砂糖、塩、人参、ごぼう、ハム、椎茸、キヌサヤ、醤油 油揚げの味噌汁 油揚げ、玉葱、人参、わかめ、いりこ、味噌 バナナ菓子 牛乳
おやつ						
	29日(月)	30日(火)	<p style="text-align: center;">* * * * *</p> <p style="text-align: center;">秋の野菜 さつま芋</p> <p style="text-align: center;">* * * * *</p> <p>さつま芋は、掘ってすぐよりもしばらく寝かせる方が甘味が増します。ということで、10月にま組さんとぞう組さんが芋ほりしたさつま芋が、寝かせられ甘みがさらに増してきました。10月には、蒸し芋会や給食等でいただきましたが、11月にもさつま芋レシピをたくさん入れました。子どもたちに美味しかったか、ご家庭でも聞いてみてください♪</p> <p style="text-align: center;">* * * * *</p>			
	<b>ご飯</b> 魚のタルタルソースかけ バトウ、塩、こしょう、小麦粉、パン粉、油、玉葱、パセリ、卵、マヨネーズ、砂糖、ブロッコリー マロニーの酢の物 マロニー、きゅうり、ハム、砂糖、醤油、酢 中華スープ 玉葱、人参、あさり、わかめ、塩、醤油、鶏がらだし スティックパイ パイシート、砂糖 牛乳	<b>根菜のキーマカレー</b> 米、押し麦、合挽ミンチ、玉葱、大根、れんこん、人参、にんにく、レーズン、油、カレールウ、酒 塩っぺ和え きゃべつ、人参、塩昆布、醤油 みかん 干し芋 菓子 かみかみデー 牛乳				
おやつ						

●3歳未満児のみ  
午前のおやつに  
牛乳(100ml)  
を飲みます。

●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。

\*  
\*  
\*  
\*  
\*

★印は新しい  
メニューです

