

11月

予定献立表



2018年

日	曜日	午前おやつ		午後おやつ		材料と体内での働き		
		(乳児)	g	(乳・幼児)	熱や力になる食品(黄)	血・肉・骨になる食品(赤)	体調を整える食品(緑)	
1	木	やさしいリング 牛乳	ごはん みそ汁 筑前煮 ほうれん草とコーンの和え物	アメリカンドッグ 牛乳	米 砂糖 油	牛乳 みそ 鶏肉 油揚げ アメリカンドッグ	玉ねぎ にんじん ごぼう 竹の子 れんこん ほうれん草 いんげん チンゲン菜 もやし コーン	
2	金	ゼリー 牛乳	五目 うどん ひじき入りたまご焼き さつまいもサラダ みかん	シュガートースト 牛乳	うどん 食パン 砂糖 さつまいも マヨネーズ マーガリン グラニュー糖	牛乳 たまご 豚肉	玉ねぎ にんじん 小松菜 しいたけ きゅうり ピーマン ひじき いんげん みかん	
5	月	コーンボール 牛乳	麦 ごはん 田舎汁 鶏肉の香味焼き 五目豆 グレープフルーツ	お好み焼き 牛乳	米 麦 砂糖 小麦粉 里芋	牛乳 たまご みそ 鶏肉 豚肉 大豆 豆腐 さつまあげ さくらえび	にんじん キャベツ だいこん 長ねぎ 小ねぎ ごぼう 青のり グレープフルーツ	
6	火	ひじきあられ 牛乳	パン 白菜とコーンのスープ 鮭じゃがグラタン フレンチサラダ	混ぜごはん 麦茶	米 パン 砂糖 バター マカロニ 小麦粉 じゃがいも	牛乳 鶏肉 鮭 ハム 粉チーズ	玉ねぎ にんじん 白菜 キャベツ きゅうり コーン グリンピース ごぼう にんにく しいたけ いんげん	
7	水	小魚ミニボン 牛乳	あんかけ 焼きそば かき玉スープ 棒棒鶏サラダ バナナ	おからスコーン 牛乳	中華麺 砂糖 油 バター 小麦粉 片栗粉 マヨネーズ	牛乳 たまご みそ 豚肉 鶏ささ身 むきえび おから ヨーグルト	玉ねぎ にんじん 白菜 竹の子 もやし きゅうり ピーマン パナナ	
8	木	干しいも 牛乳	ごはん みそ汁 かじきのみぞれ煮 野菜炒め	ピザトースト 牛乳	米 食パン 砂糖 油 じゃがいも	牛乳 みそ かじき ベーコン チーズ	玉ねぎ にんじん もやし だいこん えのき茸 キャベツ ピーマン コーン	
9	金	きな粉ウエハース 牛乳	ごはん みそ汁 豚肉の柳川風 ほうれん草のポン酢和え	原宿ドッグ せんべい 牛乳	米 砂糖 せんべい 原宿ドッグ	牛乳 みそ たまご 豚肉 むきえび	玉ねぎ にんじん キャベツ ごぼう ほうれん草 もやし わかめ 三つ葉	
10	土	紫いものおせんべい 牛乳	ごはん すまし汁 めばるの西京焼き 小松菜のきのこ和え	ミレービスケット フルーツポンチ 牛乳	米 ミレービスケット	牛乳 みそ めばる	にんじん キャベツ 小松菜 長ねぎ えのき茸 りんご フルーツ缶	
12	月	お米リング 牛乳	菜飯 なめこ汁 鶏肉のから揚げ グレープフルーツ 高野豆腐の煮物	たまごサンド 牛乳	米 食パン 砂糖 油 片栗粉 マヨネーズ	牛乳 たまご みそ 鶏肉 高野豆腐	にんじん 白菜 長ねぎ 青菜 なめこ にんにく パセリ粉 生姜 いんげん グレープフルーツ	
13	火	胚芽クッキー 牛乳	ごはん むらくも汁 ほっけの照り焼き ブロッコリーとかにかまの群の物	オレンジマドレーヌ 牛乳	米 砂糖 里芋 バター 片栗粉 ホットケーキミックス	牛乳 たまご みそ ほっけ かにかまほこ	玉ねぎ 小ねぎ しいたけ きゅうり ブロッコリー のり みかん缶	
14	水	おさつボール 牛乳	バター ライス ジュリアンスープ ミートローフ 白菜とりんごのサラダ	きな粉クッキー 牛乳	米 砂糖 油 小麦粉 バター パン粉	牛乳 たまご 豚ひき肉 きな粉	玉ねぎ にんじん 白菜 キャベツ きゅうり えのき茸 パセリ粉 りんご ミックスベジタブル	
15	木	ゼリー 牛乳	きつね うどん ほうれん草のたまごとし 粉吹きいも バナナ	お赤飯 麦茶	米 もち米 うどん 砂糖 油 じゃがいも	たまご 油揚げ かまほこ ささげ	にんじん 長ねぎ 小ねぎ ほうれん草 パナナ 青のり	
16	金	ボン菓子 牛乳	チーズ トースト キャベツのスープ かじきのりんごソース カラフルサラダ	ケーキ 牛乳	食パン 砂糖 油 片栗粉 ケーキ マーガリン	牛乳 かじき チーズ	玉ねぎ にんじん キャベツ ピーマン ブロッコリー コーン きゅうり セロリ りんご	
17	土	かぼちゃボール 牛乳	ごはん みそ汁 豚肉の生姜焼き ミックスサラダ	レーズンスティック 牛乳	米 砂糖 油 レーズンスティック	牛乳 みそ 豚肉	にんじん 長ねぎ だいこん きゅうり キャベツ 生姜	
19	月	やさしいリング 牛乳	ごはん のっぺい汁 鶏肉のレモン醤油煮 小松菜の磯和え	さくさくサブレ 牛乳	米 砂糖 油 バター 小麦粉 里芋 アーモンド 片栗粉 グラニュー糖	牛乳 たまご 鶏肉 豆腐 スキムミルク	にんじん だいこん 長ねぎ 小松菜 きゅうり のり レモン汁	
20	火	きな粉ウエハース 牛乳	パン かぶのスープ かれのいトマトソース ごぼうサラダ みかん	栄養そうすい 麦茶	米 パン 砂糖 小麦粉 マヨネーズ 片栗粉	たまご 豚ひき肉 かれい	玉ねぎ にんじん だいこん ごぼう かぶ きゅうり トマト 三つ葉 マッシュルーム みかん	
21	水	小魚ミニボン 牛乳	わかめ ごはん みそ汁 さつまいものコロケ 和風サラダ	フルーツヨーグルト クラッカー 麦茶	米 砂糖 油 小麦粉 パン粉 さつまいも クラッカー	たまご みそ ヨーグルト 豚ひき肉 チーズ	玉ねぎ にんじん キャベツ もやし 長ねぎ きゅうり なら わかめ フルーツ缶 パナナ	
22	木	おさつボール 牛乳	スパゲ ティ ミート ソース パンキンポタージュ スパニッシュオムレツ グリーンサラダ ジュレゼリー	小倉パン 牛乳	スパゲティ パン 砂糖 油 片栗粉 じゃがいも あんこ 生クリーム バター	牛乳 たまご 豚ひき肉 スキムミルク 粉チーズ	玉ねぎ にんじん かぼちゃ ブロッコリー きゅうり ピーマン パセリ粉 ジュレゼリー	
24	土	胚芽クッキー 牛乳	ごはん みそ汁 白菜と豚肉の炒めもの きゅうりとコーンのサラダ	ハートせんべい りんご 牛乳	米 砂糖 油 ハートせんべい	牛乳 みそ 豚肉	玉ねぎ にんじん だいこん 白菜 きゅうり コーン しめじ 生姜 りんご	
26	月	お米リング 牛乳	ごはん みそ汁 大豆入りハンバーグ かぼちゃサラダ	黒糖クッキー 牛乳	米 砂糖 黒砂糖 マヨネーズ 小麦粉 パン粉 バター 片栗粉	牛乳 たまご みそ 豚ひき肉 鶏ひき肉 大豆 スキムミルク	玉ねぎ キャベツ だいこん かぼちゃ きゅうり しいたけ ミックスベジタブル わかめ	
27	火	ボン菓子 牛乳	パン 小松菜のスープ 鮭のピカタ イタリアンサラダ	さつまいものごはん 麦茶	米 もち米 パン さつまいも 小麦粉	たまご 鮭 チーズ	玉ねぎ にんじん 小松菜 キャベツ きゅうり トマト パセリ粉	
28	水	干しいも 牛乳	ごはん すまし汁 豚肉と厚揚げのみそ炒め ひじきの煮物 パナナ	きな粉とくるみの蒸しパン 牛乳	米 砂糖 麩 ホットケーキミックス くるみ	牛乳 みそ 豚肉 きな粉 厚揚げ さつまあげ	玉ねぎ にんじん 白菜 長ねぎ チンゲン菜 ひじき いんげん にんにく パナナ	
29	木	コーンボール 牛乳	カレー ライス 野菜スープ シーフードサラダ チーズ	プリン せんべい 牛乳	米 じゃがいも せんべい プリン	牛乳 豚肉 むきえび かにかまほこ チーズ	玉ねぎ にんじん 白菜 もやし キャベツ きゅうり えのき茸 トマト	
30	金	ひじきあられ 牛乳	みそ ラーメン ちくわの磯辺揚げ ブロッコリーときゅうりのおかか和え みかん	メロンパン ジョア	中華麺 パン 砂糖 油 天ぷら粉 小麦粉 バター グラニュー糖	たまご みそ ちくわ かつお節 ジョア	にんじん キャベツ もやし きゅうり ブロッコリー 長ねぎ 青のり にんにく みかん	
今月の平均 給与栄養量		乳児1~2歳児	エネルギー たんぱく質 脂 質 塩 分	532キロカロリー 20.4グラム 17.8グラム 1.7グラム	幼児3~5歳児	エネルギー たんぱく質 脂 質 塩 分	614キロカロリー 24.7グラム 19.5グラム 2.0グラム	

\*仕入れの都合により一部献立が変更になる場合があります。

\*昼食時は麦茶がつかます。

星の子第2保育園