



11月 給食献立表



2022年 カレールウ・ロースハム・ベーコン・ウインナー・マヨネーズ・焼き竹輪はアレルギー対応しています。 林田保育園

日 曜	食 食	10時(3未)	3 時	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる	
		ミルク					
1	火	肉みそ丼 白菜のサラダ ゆで卵 チーズ みかん	シガーフライ	きな粉蒸しパン	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 豚ひき肉・みそ・卵・チーズ きな粉・ゆで小豆缶詰	揚げせんべい・調合油 上白糖・マヨネーズ ホットケーキMIX	生姜・玉ねぎ・赤ピーマン しめじ・グリーンピース・白菜 りんご・キャベツ・みかん
2	水	牛肉のきのこの甘辛炒め 餃子 わかめスープ みかん	スナックパン	りんごのタルト	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 牛肉・豚肉	パン・上白糖・ごま油 餃子の皮・ホットケーキMIX	玉ねぎ・ぶなしめじ・椎茸 ピーマン・ねぎ・コーン わかめ・もやし・みかん りんご
3	木	文化の日					
4	金	鮭のフライ 切干大根の煮付け 春菊のみそ汁 みかん	かみかみこんぶ	レモンクッキー	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 べにざけ・油揚げ・竹輪 みそ・煮干・生クリーム	薄力粉・パン粉・調合油 上白糖・ホットケーキMIX バター	昆布・切干し大根・人参 ほしひじき・グリーンピース 春菊・玉ねぎ・みかん レモン
5	土	焼きそば 煮干かりんと チーズ バナナ	乳酸菌飲料	スナックパン	乳酸菌飲料・豚肉 かつお節・煮干・チーズ	中華めん・調合油 上白糖・マーガリン・パン	キャベツ・もやし・人参 椎茸・ピーマン・あおのり バナナ
7	月	鶏肉のグリル じゃこサラダ えのきのみそ汁 みかん	さきすめ	ジャムサンド	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 するめ・鶏肉・しらす干し 豆腐・煮干・みそ	じゃがいも・上白糖 ごま油・パン・いちごジャム	赤ピーマン・キャベツ・人参 きゅうり・えのきたけ・ねぎ わかめ・みかん
8	火	クリームシチュー きんぴられんこん ゆで卵 チーズ みかん	パン	いなり寿司	脱脂粉乳・豆乳・牛乳・鶏肉 竹輪・油揚げ・卵・チーズ	パン・じゃがいも・ごま 上白糖・ごま油・米	玉ねぎ・人参・しめじ・コーン ほうれん草・れんこん グリーンピース・みかん
9	水	きのこハンバーグ ほうれん草のごま和え 白菜のみそ汁 バナナ	シガーフライ	サーター アンダギー	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 合挽肉・煮干・みそ	揚げせんべい・パン粉 上白糖・片栗粉・ごま ホットケーキMIX・黒砂糖 調合油	玉ねぎ・人参・椎茸 えのきたけ・しめじ・もやし ほうれん草・白菜・ねぎ バナナ
10	木	酢豚 ブロッコリーのサラダ 春雨のスープ みかん	ビスケット	スイートポテト	脱脂粉乳・豆乳・牛乳・豚肉 ツナ缶・生クリーム	ビスケット・片栗粉・上白糖 マヨネーズ・春雨 さつまいも・バター	ピーマン・椎茸・ねぎ・人参 赤ピーマン・椎茸・玉ねぎ ブロッコリー・コーン・もやし しめじ・わかめ・みかん
11	金	白身魚の変わり西京焼き 野菜炒め すまし汁 りんご	かみかみこんぶ	ミニピザ	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 メルルーサ・みそ・ベーコン 豆腐・かまぼこ・煮干・チーズ	上白糖・マヨネーズ・ごま 調合油・ぎょうざの皮	昆布・玉ねぎ・人参 キャベツ・しめじ・ピーマン コーン・ねぎ・わかめ・りんご
12	土	鶏うどん 煮干かりんと チーズ バナナ	乳酸菌飲料	スナックパン	乳酸菌飲料・鶏肉・油揚げ 竹輪・煮干・チーズ	うどん・上白糖・マーガリン パン	大根・人参・ほうれん草 椎茸・ねぎ・バナナ
14	月	豚肉のあんず炒め 大根サラダ ふのみそ汁 みかん	さきすめ	黒ごまビスケット	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 するめ・豚肉・ロースハム みそ・煮干	あんずジャム・焼きふ・ごま マヨネーズ・薄力粉 ホットケーキMIX・バター	玉ねぎ・生姜・大根 人参・きゅうり・わかめ みかん
15	火	肉団子スープ ひじきの煮つけ ゆで卵 チーズ みかん	スナックパン	お好み焼き	脱脂粉乳・豆乳・牛乳・鶏肉 豚肉・油揚げ・竹輪・卵 チーズ	パン・春雨・ごま油・上白糖 調合油・プレミックス粉	生姜・人参・にら・あおさ チンゲンサイ・ほしひじき グリーンピース・みかん キャベツ
16	水	誕生日会 炒飯 鶏肉のから揚げ スパサラダ キャベツのスープ りんご	シガーフライ	ケーキ	脱脂粉乳・豆乳・牛乳・焼豚 鶏肉・ロースハム・ベーコン	揚げせんべい・米・調合油 片栗粉・パスタ・マヨネーズ ショートケーキ	人参・玉ねぎ・ピーマン グリーンピース・生姜・きゅうり キャベツ・りんご みかん缶詰
17	木	焼肉風ソテー 粉ふきいも すまし汁 みかん	ビスケット	鮭おにぎり	脱脂粉乳・豆乳・牛乳・牛肉 豆腐・かまぼこ・煮干 鮭フレーク	ビスケット・じゃがいも・米	キャベツ・玉ねぎ・人参 ピーマン・にんにく・あおさ ねぎ・わかめ・みかん
18	金	鯖の塩焼き 白和え なめこのみそ汁 バナナ	かみかみこんぶ	みかんゼリー	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 まさば・豆腐・煮干・みそ	上白糖・ごま	昆布・ほうれん草・人参 なめこ・ねぎ・わかめ バナナ・みかん飲料・寒天 みかん缶詰
19	土	チャーシュー麺 煮干かりんと チーズ バナナ	乳酸菌飲料	スナックパン	乳酸菌飲料・焼豚・煮干 チーズ	中華めん・上白糖 マーガリン・パン	キャベツ・もやし・コーン 人参・ねぎ・生姜・バナナ
21	月	とんかつ キャベツの甘酢和え わかめのみそ汁 みかん	さきすめ	カルシウム ヨーグルト	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 するめ・豚肉・油揚げ・豆腐 みそ・煮干・ヨーグルト	パン粉・調合油・上白糖 ごま	キャベツ・人参・玉ねぎ わかめ・みかん
22	火	けんちん汁 シューマイ ブロッコリー チーズ みかん	シガーフライ	シュガーパイ	脱脂粉乳・豆乳・牛乳・豚肉 豆腐・油揚げ・煮干・チーズ	揚げせんべい・さといも シューマイの皮・上白糖 パイ皮	人参・大根・ごぼう・ねぎ 椎茸・ブロッコリー・みかん
23	水	勤労感謝の日					
24	木	鮭のソース焼き 春雨の酢の物 大根のみそ汁 みかん	ビスケット	チーズトースト	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 べにざけ・ロースハム 油揚げ・煮干・みそ・チーズ	ビスケット・マヨネーズ 春雨・ごま・上白糖・パン	人参・パセリ・玉ねぎ きゅうり・わかめ・ねぎ 大根・みかん・焼きのり
25	金	鶏肉のさっぱり煮 れんこんサラダ 野菜スープ みかん	かみかみこんぶ	ほうれん草 マフィン	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 鶏肉・ロースハム	上白糖・ごま・マヨネーズ ホットケーキMIX・バター	昆布・生姜・れんこん きゅうり・人参・キャベツ もやし・ピーマン・みかん ほうれん草
26	土	親子散歩					
28	月	麻婆豆腐 ブロッコリーの昆布和え もやしスープ みかん	パン	おさつスティック	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 豚肉・豆腐・みそ	パン・上白糖・ごま油 さつまいも・粉糖・調合油	にんにく・生姜・人参・コーン 玉ねぎ・ねぎ・ブロッコリー 塩昆布・もやし・にら・みかん
29	火	パンの日 ホットドック ごぼうサラダ チーズ 豆乳スープ バナナ	さきすめ	しらすおにぎり	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 するめ・ウインナー・チーズ ベーコン・しらす干し	ロールパン・マヨネーズ・米	キャベツ・ごぼう・人参 きゅうり・白菜・玉ねぎ ほうれん草・バナナ・わかめ
30	水	レバーのカレー炒め さつまいもサラダ 小松菜のみそ汁 りんご	シガーフライ	チョコスコーン	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 鶏肝臓・ロースハム 油揚げ・みそ・煮干	揚げせんべい・上白糖 さつまいも・マヨネーズ ホットケーキMIX マーガリン・チョコレート	玉ねぎ・ピーマン・生姜 きゅうり・干しぶどう・小松菜 人参・りんご

※ご飯は3未のみです。3未の10時のおやつも食品目に記載しています。
16日は誕生日会です。黄、青、白組はご飯はいりません。お米を1合持ってきてください。29日はパンの日です。黄、青、白組はご飯はいりません。
※都合により、献立は変更になる場合があります。