

令和 5 年度



11 月 予 定 献 立 表



高野保育園

日 曜	献 立 名	主 な 使 用 材 料	乳 児			3時 おやつ
			主食	追加	10時	
1 水	鶏肉の葱塩焼き 添え野菜 中華スープ さつま芋サラダ チーズ	鶏もも肉 葱 塩麹 醤油 ごま油 ブロッコリー 卵 ベーコン 豆腐 玉葱 椎茸 コーン ワカメ 鶏ガラ さつま芋 りんご ハム 胡瓜 人参 レーズン マヨレ チーズ	飯	ふりかけ	100%ジュース 昆布	あんまん 2以下)米粉ケーキ
2 木	魚のチリソース和え 添え野菜 肉じゃが 酢の物 牛乳	白身魚 片栗粉 油 ニンニク 生姜 白葱 ケチャップ トマトソース キャベツ 牛肉 じゃが芋 玉葱 人参 糸こんにゃく インゲン 醤油 しらす ワカメ 大根 胡瓜 みかん缶 ごま 牛乳	飯	ゆかり	フルーツ	チョコチップクッキー 3未)クッキー
4 土	ちゃんめん フルーツ 牛乳	干中華めん 豚肉 平天 蒲鉾 キャベツ もやし 人参 コーン 葱 鶏ガラ 煮干し コンソメ みりん 醤油 ごま油 パナナ 牛乳	めん		乳酸菌飲料 アスパラビスケット	せんべい
6 月	鶏肉の香草パン粉焼き 添え野菜 ナポリタン 納豆和え	鶏もも肉 ニンニク オリーブ油 粉チーズ パン粉 赤ピーマン ハセリ もやし 干スダレチリ ベーコン 玉葱 しめじ ピーマン トマト缶 ケチャップ 納豆 白菜 ほうれん草 人参 蒲鉾 かつお節	パン	牛乳	牛乳 CAせんべい	ゼリー&小魚 3未)ゼリー
※ 7 火	さつま汁 ラップおにぎり 鮭の塩焼き 添え野菜 フルーツ	豚肉 さつま芋 大根 人参 牛蒡 糸こんにゃく 玉葱 葱 みそ 米 ゆかり ワカメ飯の素 鮭 酒 レモン ブロッコリー みかん	飯		ヨーグルト	モンブラン 3未)米粉タルト
8 水	きのこグラタン 昆布巻煮 水菜サラダ	鶏肉 ベーコン マカロニ しめじ 椎茸 マッシュルーム 舞茸 えのき ハセリ 小麦粉 バター 牛乳 ミックスチーズ 昆布巻 めんつゆ ツナ 水菜 大根 りんご 胡瓜 人参 酢	パン	牛乳	牛乳 ウエハース	柿
9 木	マーボー豆腐 ベークドポテト 海藻サラダ	絹豆腐 豚ミンチ ニンニク 生姜 玉葱 人参 椎茸 筍 にら 煮干し みそ ケチャップ ごま油 じゃが芋 粉チーズ 牛乳 海藻ミックス 大根 ハム 胡瓜 人参 コーン 青じそトッピング	めん	野菜	100%ジュース 干し芋	ココアトースト
10 金	酢豚 牛乳 煮干しカリント たくあん和え	豚肉 片栗粉 油 玉葱 椎茸 人参 じゃが芋 バイナブル ピーマン ケチャップ 酢 コンソメ 牛乳 煮干し ごま 砂糖 刻たくあん 青菜 キャベツ もやし 人参 ちくわ かつお節	飯	きな粉	フルーツ	レーズンサンド
11 土	肉うどん フルーツ 牛乳	干めん 牛肉 玉葱 椎茸 人参 ほうれん草 煮干し かつお節 みりん 醤油 パナナ 牛乳	めん		乳酸菌飲料 アスパラビスケット	せんべい
13 月	ハンバーグ 添え野菜 金平ごぼう 里芋の和風サラダ	合挽肉 豆腐 卵 玉葱 チーズ パン粉 牛蒡 ちくわ レンコン 糸こんにゃく 人参 ピーマン ごま 醤油 里芋 ツナ 胡瓜 人参 コーン かつお節 マヨレ	パン	牛乳	100%ジュース ブルーベリー	ヨーグルトホッチキス
14 火	焼き魚のおろしだれ 添え野菜 ポトフ風煮 おかか和え	さんま おろしだれ 葱 もやし ウイナー かぶ じゃがいも 人参 ブロッコリー コンソメ 白菜 青菜 ササミ 胡瓜 赤ピーマン かつお節	飯	菜	牛乳 CAせんべい	アップルケーキ
15 水	ベーコンエッグ プルーン 粕汁(3未みそ汁) ポパイサラダ	卵 ベーコン 玉葱 プルーン 鮭 油揚げ 白菜 牛蒡 大根 人参 椎茸 葱 みそ 酒粕(3上) ほうれん草 じゃが芋 ツナ 胡瓜 コーン 赤ピーマン マヨレ	パン	チーズ	フルーツ	たこ焼き
16 木	豚カツ 添え野菜 切干し大根煮 塩昆布和え	豚ヒレ肉 小麦粉 卵 パン粉 油 キャベツ 切干し大根 平天 大豆 人参 椎茸 インゲン 醤油 塩昆布 青菜 もやし 白菜 人参 蒲鉾 醤油	めん	野菜	牛乳 ウエハース	秋の味覚 おにぎり
17 金	煮魚 牛乳 野菜炒め マカロニサラダ	鯖 生姜 酒 砂糖 みりん 醤油 ごぼう 牛乳 豚肉 キャベツ 玉葱 しめじ 赤ピーマン チンゲンサイ コンソメ マカロニ ハム チーズ 胡瓜 人参 コーン マヨレ	飯	ふりかけ	ヨーグルト	さつま芋 蒸しパン
18 土	チキンカレー フルーツ 牛乳	米 鶏肉 ニンニク じゃが芋 玉葱 人参 グリンピース トマト缶 ヨーグルト カレールーウ パナナ 牛乳	飯		乳酸菌飲料 アスパラビスケット	せんべい
20 月	鶏肉のマーメレード焼き 添え野菜 たらこ人参 柿なます	鶏もも肉 マーメレード 醤油 キャベツ たらこ 人参 さつま芋 バター 砂糖 柿 大根 胡瓜 蒲鉾 ごま 酢 砂糖 醤油	パン	牛乳	100%ジュース ポーロ	プリンアラモード
21 火	魚の幽庵焼き 添え野菜 ひじき煮 フルーツサラダ	鯖 ゆず 酒 みりん 醤油 もやし 干ひじき 鶏肉 ちくわ 大豆 人参 糸こんにゃく インゲン 醤油 パナナ 胡瓜 パイン缶 黄桃缶 みかん缶 マヨレ ヨーグルト	飯	ワカメ	牛乳 CAせんべい	栗コロケ
22 水	すき焼き風煮 牛乳 ちくわチーズ カブサラダ	牛肉 豚肉 焼き豆腐 麩 白菜 玉葱 椎茸 牛蒡 人参 糸こんにゃく 葱 醤油 牛乳 ちくわ チーズ カブ 大根 ハム 胡瓜 人参 コーン マヨレ	パン	プルーン	フルーツ	味噌煮込み うどん
24 金	さつま芋のキッシュ風 添え野菜 清まし汁 ごま和え フルーツ	卵 ベーコン さつま芋 玉葱 しめじ ほうれん草 生クリーム ミックスチーズ ブロッコリー 豆腐 平天 大根 人参 みつば 醤油 白菜 青菜 蒲鉾 もやし 赤ピーマン ごま 醤油 甘夏缶	飯	しらす	牛乳 ウエハース	バナナブラウニー
25 土	栗とじうどん フルーツ 牛乳	干めん 卵 鶏肉 蒲鉾 玉葱 人参 椎茸 みつば 煮干し みりん 醤油 パナナ 牛乳	めん		乳酸菌飲料 アスパラビスケット	せんべい
27 月	魚のコーンマヨ焼き 添え野菜 里芋のごまみそがらめ かみかみサラダ	鮭 小麦粉 マヨレ コーン 粉チーズ ハセリ ブロッコリー 里芋 片栗粉 油 みそ みりん ごま ハム 切干し大根 牛蒡 胡瓜 人参 ごま 醤油 マヨレ	飯	ゆかり	牛乳 CAせんべい	大根チヂミ 2以下)せんべい
◎ 28 火	焼きそば 鶏肉の甘辛揚げ 添え野菜 ブロッコリーとカリフラワーのサラダ アップルジュース	干中華めん 豚肉 キャベツ 人参 ソース かつお粉 鶏もも肉 片栗粉 油 みりん 砂糖 醤油 ごま トマト ブロッコリー カリフラワー ツナ コーン きゅうり 人参 マヨレ アップルジュース	めん		ヨーグルト	栗ごはん おにぎり
29 水	湯豆腐 レバー煮 回鍋肉 冷拌三糸	豆腐 かつお節 葱 醤油 レバー煮 豚肉 キャベツ 玉葱 椎茸 赤・青ピーマン みそ みりん 醤油 春雨 ハム 卵 胡瓜 人参 もやし ごま油 酢 醤油	パン	牛乳	100%ジュース チーズ	ふかし芋
30 木	おでん風煮 おひたし フルーツ	鶏肉 厚揚げ 牛蒡天 大根 人参 じゃが芋 だし巻卵 めんつゆ ほうれん草 白菜 もやし ごま かつお節 醤油 パナナ	飯	ふりかけ	牛乳 ウエハース	フレンチトースト

※ 7日(火) みんなで収穫したさつま芋を料理して、各クラスでお芋パーティーをします。

◎ 28日(火)誕生会です。3歳以上児はお着だけ用意してください。

◎ 今日は何の日? ソースの日(11月7日) ◎

ウスターソースのおいしさや良さをアピールし、料理にかけるだけでなく、焼く、煮る、隠し味など、様々な使い方を普及させることを目的に、日本ソース工業会が制定した日です。日本ソース工業会が任意団体として設立されたのが1947年11月7日であったこと、ウスターソースのエネルギー量が100gあたり117kcalであることから、この日選ばれました◎

