



# 11月 給食献立表



2021年

日 曜	昼 食	お や つ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
1 月	筑前煮 焼きししゃも (白身魚 もも組) 柿	粉 乳 ★人参ケーキ	鶏もも・高野豆腐・厚揚げ・ししゃも 脱脂粉乳・鶏卵・普通牛乳	さといも・オリーブ油・車糖・白身魚 ホットケーキミックス・有塩バター	にんじん・さやいんげん・ごぼう・大根・かき
2 火	ヒレカツ マカロニサラダ もやし味噌汁 バナナ	麦 茶 元気ヨーグルト アンパンマン煎餅	豚ヒレ・鶏卵・ロースハム 蒸しかまぼこ・油揚げ・麦みそ 煮干し	薄力粉・パン粉・なたね油 マカロニ・スパゲッティ・マヨネーズ 元気ヨーグルト・甘辛せんべい	きゅうり・にんじん・スイートコーン缶詰 ブロッコリー・だいずもやし・こねぎ・バナナ
4 木	鰯の照り焼き ホウレン草の白和え トマト 南瓜のみそ汁 パイナップル	粉 乳 ★きな粉揚げパン	ぶり・木綿豆腐・蒸しかまぼこ・麦みそ 油揚げ・煮干し・脱脂粉乳・普通牛乳 きな粉	車糖・ごま・食パン・薄力粉・なたね油	ほうれんそう・にんじん・トマト 西洋かぼちゃ・わかめ・こねぎ パイナップル缶詰
5 金	金平ごぼう 一食納豆 りんご	粉 乳 ★チーズスカロップ	鶏もも・油揚げ・さつま揚げ 蒸しかまぼこ・糸引き納豆・脱脂粉乳 パルメザンチーズ・鶏卵	車糖・オリーブ油・有塩バター 薄力粉	ごぼう・れんこん・にんじん・たまねぎ 生しいたけ・にら・りんご
6 土	きつねうどん じゃこ&三色和え りんごゼリー	牛 乳 お米のタルト	油揚げ・蒸しかまぼこ・さつま揚げ かつお節・しらす・普通牛乳	うどん・車糖・オリーブ油・ごま 新お米のタルト	にんじん・こねぎ・ま昆布・ほうれんそう りよくとんもやし・りんご缶詰
8 月	野菜の煮しめ 鮭の塩焼き 甘夏缶	粉 乳 ★フレックポテト	鶏もも・蒸しかまぼこ・焼き竹輪 厚揚げ・べにざけ・脱脂粉乳・鶏卵	さといも・じゃがいも・車糖 オリーブ油・さつまいも・薄力粉 コーンフレーク・なたね油	大根・にんじん・さやいんげん なつみかん缶詰
9 火	鶏肉のオレンジ焼き ポテト&シーチキンサラダ 大根と人参のみそ汁 パイナップル	粉 乳 ★りんごゼリー	鶏もも・まぐろ缶詰・鶏卵 蒸しかまぼこ・麦みそ・煮干し 脱脂粉乳	マーマレード・じゃがいも・マヨネーズ 車糖	きゅうり・にんじん・ブロッコリー スイートコーン缶詰・大根・こねぎ パイナップル缶詰・りんご缶詰 りんご飲料・寒天
10 水	麻婆豆腐 春巻き バナナ	粉 乳 ★カマンベールチーズ マドレーヌ	豚ひき肉・絹ごし豆腐・蒸しかまぼこ 麦みそ・脱脂粉乳 カマンベールチーズ・鶏卵 普通牛乳	車糖・かたくり粉・オリーブ油 なたね油・春巻・ホットケーキミックス 有塩バター	にんじん・たまねぎ・たけのこ・生しいたけ こねぎ・バナナ
11 木	白身魚のタルタルソース スパゲッティ 豆腐の味噌汁 柿	粉 乳 ★サクサククッキー	鶏卵・ベーコン・絹ごし豆腐・麦みそ 煮干し・脱脂粉乳	白身魚・薄力粉・パン粉・なたね油 マヨネーズ・マカロニ・スパゲッティ オリーブ油・車糖	パセリ・にんじん・たまねぎ・レモン 青ピーマン・ほんしめじ・カットわかめ こねぎ・かき
12 金	吉野汁 ふくさ焼き バナナ	麦 茶 ★さつま芋おにぎり べつたらづけ	鶏もも・絹ごし豆腐・油揚げ 豚ひき肉・木綿豆腐・鶏卵	じゃがいも・さといも・かたくり粉 オリーブ油・車糖・めし・さつまいも	大根・にんじん・えのきたけ・りよくとんもやし こねぎ・ほしひじき・生しいたけ さやいんげん・バナナ・べつたら漬
13 土	ナポリタンスパゲッティ いわしあげ たまねぎ&人参中華スープ ピーチゼリー	牛 乳 ミニチョコパン	ベーコン・さつま揚げ・普通牛乳	マカロニ・スパゲッティ・オリーブ油 チョココロネ	たまねぎ・ほんしめじ・青ピーマン にんじん・こねぎ・もも缶詰
15 月	野菜のそぼろあんかけ ピーマン汐ふき昆布 りんご	粉 乳 ★お好み焼き	厚揚げ・鶏ひき肉・脱脂粉乳・鶏卵 ベーコン・かつお節	じゃがいも・さといも・車糖・かたくり粉 オリーブ油・薄力粉・ながいも マヨネーズ	日本かぼちゃ・にんじん・さやいんげん 大根・青ピーマン・塩昆布・りんご キャベツ・あおのり
16 火	ポークカレー 棒々鶏サラダ ヤクルト	粉 乳 ★かりんとう	豚ばら・ささ身・蒸しかまぼこ 脱脂粉乳・鶏卵	じゃがいも・オリーブ油・ヤクルト ホットケーキミックス・黒砂糖・なたね油	にんじん・たまねぎ・ほんしめじ・福神漬 キャベツ・きゅうり・スイートコーン缶詰 ブロッコリー・トマト
17 水	ひじき炒め メンチカツ パイナップル	粉 乳 ★コーンマヨネーズパン	鶏もも・油揚げ・蒸しかまぼこ 脱脂粉乳・ベーコン・プロセスチーズ	じゃがいも・車糖・オリーブ油 なたね油・食パン・マヨネーズ	ほしひじき・にら・にんじん パイナップル缶詰・スイートコーン
18 木	白身魚のパン粉焼き 温野菜 トマト じゃが芋の味噌汁 みかん	粉 乳 ★かぼちゃ大学	蒸しかまぼこ・油揚げ・麦みそ 煮干し・脱脂粉乳	マヨネーズ・パン粉・白身魚 じゃがいも・水あめ・車糖・なたね油 ごま	キャベツ・きゅうり・にんじん スイートコーン缶詰・ブロッコリー・トマト・こねぎ 温州みかん・西洋かぼちゃ
19 金	鶏の唐揚げ ポテトサラダ トマト 豆腐の味噌汁 りんご	粉 乳 棒チーズ 星たべよ煎餅	鶏もも・鶏卵・ロースハム 蒸しかまぼこ・絹ごし豆腐・麦みそ 煮干し・脱脂粉乳・プロセスチーズ	かたくり粉・なたね油・じゃがいも マヨネーズ・甘辛せんべい	きゅうり・にんじん・ブロッコリー スイートコーン缶詰・トマト・カットわかめ・こねぎ りんご
20 土	月見うどん チキンナゲット グレープゼリー	牛 乳 紫小町スイートポテト	さつま揚げ・蒸しかまぼこ・鶏卵 かつお節・普通牛乳	うどん・チキンナゲット・スイートポテト	にんじん・こねぎ・ま昆布 グレープフルーツ飲料
22 月	トマト煮込みハンバーグ ほうれん草ソテー オニオン&ワカメスープ みかん	粉 乳 ☆フライドポテト	牛ひき肉・豚ひき肉・木綿豆腐・鶏卵 ベーコン・脱脂粉乳	パン粉・オリーブ油・フライドポテト	たまねぎ・にんじん・青ピーマン・キャベツ トマト缶詰・ほうれんそう・ほんしめじ スイートコーン缶詰・わかめ・温州みかん
24 水	肉じゃが えびのふわふわ揚げ バナナ	粉 乳 ブッチンプリン	豚もも・うずら卵水煮缶詰・さくらえび 木綿豆腐・鶏卵・脱脂粉乳	じゃがいも・車糖・オリーブ油 やまといも・かたくり粉・なたね油 カスタードデング	たまねぎ・にんじん・グリーンピース 根深ねぎ・バナナ
25 木	【お誕生会】 チキンライス 海老フライ 和風ミートボール マカロニサラダ ハッシュドポテト 人参&椎茸スープ 杏仁豆腐&黄桃	ジョア ストロベリー ロールケーキ(きよほう)	鶏もも・ブラックタイガー・鶏卵 ロースハム・煮干し	有塩バター・オリーブ油・薄力粉 パン粉・なたね油・車糖・かたくり粉 マカロニ・スパゲッティ・マヨネーズ フライドポテト・ゼリー ジョア ストロベリー・ロールケーキ	にんじん・たまねぎ・さやいんげん・きゅうり スイートコーン缶詰・生しいたけ・こねぎ もも缶詰
26 金	白身魚の煮つけ キャベツの酢の物 トマト 南瓜のみそ汁 パイナップル	粉 乳 ★マカロニのあべかわ	かに風味かまぼこ・鶏卵・油揚げ 麦みそ・煮干し・脱脂粉乳・きな粉	白身魚・車糖・ごま油 マカロニ・スパゲッティ・黒砂糖	キャベツ・きゅうり・にんじん・わかめ・トマト 西洋かぼちゃ・こねぎ パイナップル缶詰
27 土	あんかけラーメン しゅうまい りんごゼリー	牛 乳 ミニメロンパン	焼き豚・蒸しかまぼこ・しゅうまい 普通牛乳	中華めん・オリーブ油・かたくり粉 白湯・メロンパン	たまねぎ・りよくとんもやし・キャベツ・こねぎ にんじん・スイートコーン缶詰・りんご缶詰
29 月	すき焼き風煮 ししゃも (白身魚 もも組) みかん	粉 乳 ☆蒸しさつま芋	牛もも・絹ごし豆腐・ししゃも 脱脂粉乳	うどん・オリーブ油・車糖・白身魚 さつまいも	はくさい・にんじん・えのきたけ チンゲンサイ・こねぎ・温州みかん
30 火	冬野菜カレー フルーツポンチ	粉 乳 ★ツナサンド	鶏もも・脱脂粉乳・まぐろ缶詰	じゃがいも・オリーブ油・ゼリー 食パン・マヨネーズ	にんじん・たまねぎ・ほんしめじ 西洋かぼちゃ・こまつな・福神漬 パイナップル缶詰・ぶどう缶詰・もも缶詰 さくらんぼ缶詰・バナナ

(※ このマークの日はご飯はいりません)

★は手作りおやつです。



・25日(木)お誕生会・・・ お米を0.5合持たせてください。(たんぼぼ・つくし・ひまわり組)

◎冬場はノロウイルスに要注意、二枚貝やカキなどしっかり火が通った物を食べることを心がけましょう

