

# 26年11月 献立表

12日(水)は  
手作りお弁当の日です!

日	未満児おやつ	昼食	3時のおやつ	材料
1	土	牛乳・みかん ホットドック・豆腐スープ・りんご	牛乳・菓子	パン・ウインナー・キャベツ・ケチャップ/豆腐・わかめ・しょうゆ・塩・鰹節/りんご/牛乳・みかん
4	火	牛乳・ぶどう スパゲティソース・ じゃがいもスープ・バナナ	お茶・おにぎりせんべい	スパゲティ・にんじん・ツナ・たまねぎ・にんにく・しいたけ・パセリ・バター・油・小麦粉・スキムミルク・スープの素・ケチャップ/ベーコン・ほうれん草・じゃがいも・ねぎ・塩/バナナ/牛乳・ぶどう/おにぎりせんべい
5	水	牛乳・りんご 鶏肉とごぼうのピラフ・ 豆腐のみそ汁・みかん	牛乳・ムーンライト	米・鶏肉・ごぼう・ピーマン・たまねぎ・にんじん・しいたけ・コーン・バター・しょうゆ・塩/豆腐・わかめ・さつまいも・あげ・ねぎ・みそ・煮干/みかん/牛乳・りんご/ムーンライト
6	木	牛乳・チーズ ごはん・肉じゃが・えのき汁	牛乳・れんこんチップ	米・豚肉・じゃがいも・にんじん・たまねぎ・しらたき・グリーンピース・油・砂糖・しょうゆ/えのき・だいこん・ほうれん草・かまぼこ・かつお節・昆布/牛乳・チーズ/れんこん・塩
7	金	牛乳・バナナ ごはん・魚の竜田揚げ・ ブロッコリー・根菜のみそ汁	牛乳・キャロットサンド	米・鮭・しょうが・しょうゆ・酒・でんぷん・油/ブロッコリー・マヨドレ/だいこん・ごぼう・にんじん・あげ・かぼちゃ・豆腐・ねぎ・みそ・煮干/牛乳・バナナ/食パン・にんじん・りんご・レモン・砂糖・バター
8	土	牛乳・リンゴ 焼きうどん・サツマイモのみそ汁	牛乳・菓子	うどん・豚肉・キャベツ・にんじん・たまねぎ・しょうゆ・花かつお・スープの素/さつまいも・たまねぎ・わかめ・みそ・煮干/牛乳・りんご
10	月	ヨーグルト コッペパン・かぼちゃコロッケ・ ブロッコリー・ほうれん草のスープ	お茶・するめ・ビスコ	コッペパン/かぼちゃ・さつまいも・鶏ひき肉・たまねぎ・小麦粉・パン粉・油・ケチャップ・ソース/ブロッコリー/ベーコン・ほうれん草・にんじん・豆腐・しょうゆ・塩・スープの素/ヨーグルト/お茶・するめ・ビスコ
11	火	牛乳・りんご きのこうどん・れんこんのきんぴら・ かき	ジョア・パウムクーヘン	うどん・鶏肉・しいたけ・しめじ・エリンギ・たまねぎ・ふ・ほうれん草・しょうゆ・みりん・かつお節・昆布/れんこん・にんじん・しらたき・ごま・油・砂糖/柿/牛乳・りんご/ジョア・パウムクーヘン
12	水	牛乳・チーズ <b>お弁当の日</b>	ヨーグルト・ラムネ	牛乳・チーズ/ヨーグルト・ラムネ
13	木	牛乳・りんご ごはん・煮奴の肉みそかけ・ やまぶき和え・バナナ	牛乳・ふかしもち	米/豆腐・鶏ひき肉・たまねぎ・ねぎ・みそ・砂糖・しょうゆ・油・昆布/コーン・きゅうり・キャベツ・にんじん・しらたき・ハム・油・しょうゆ・砂糖・ごま油/バナナ/牛乳・りんご/さつまいも
14	金	牛乳・バナナ ごはん・魚フライ野菜あんかけ・ かぼちゃのみそ汁	牛乳・大豆とたつくりのご まからめ	米/カラスガレイ・エリンギ・にんじん・たまねぎ・小松菜・塩・酒・小麦粉・パン粉・油・しょうゆ・でんぷん・スープの素/牛乳・バナナ/だいす・たつくり(かえり)・卵・ゴマ・でんぷん・油・砂糖・しょうゆ
15	土	牛乳・みかん スパゲティボロネーズ・豆腐スープ・ りんご	牛乳・菓子	スパゲティ・豚肉・にんじん・たまねぎ・油・ケチャップ・ソース・粉チーズ/豆腐・わかめ・スープの素・塩/りんご/牛乳・みかん
17	月	牛乳・りんご いろいろパン・魚のバター煮・ ブロッコリー・野菜スープ・みかん	牛乳・ちゃきんポテト	いろいろパン/赤魚・バター・みそ・砂糖・しょうゆ/ブロッコリー・塩・マヨドレ/ベーコン・たまねぎ・にんじん・白菜・ねぎ・スープの素/みかん/牛乳・りんご/さつまいも・砂糖・塩・牛乳
18	火	牛乳・バナナ 和風スパゲティ・ はんぺんのすまし汁・りんご	お茶・ぼたぼた焼き	スパゲティ・ベーコン・ウインナー・たまねぎ・しいたけ・にんじん・ねぎ・バター・油・塩・しょうゆ・粉チーズ/白はんぺん・白菜・わかめ・塩・しょうゆ・かつお節・昆布/牛乳・バナナ/お茶・ぼたぼた焼き
19	水	牛乳・みかん だいこん飯・三平汁・かき	牛乳・ココナッツサブレ	米・だいこん・鶏肉・こまつな・あげ・うすくちしょうゆ・砂糖・焼き海苔/鮭・かぶ・たまねぎ・にんじん・しめじ・ごぼう・ねぎ・かつお節・白みそ/かき/牛乳・みかん/ココナッツサブレ
20	木	牛乳・りんご ごはん・白身魚のホイル蒸し・ 田舎汁	牛乳・ヨーグルト蒸しパン	米/カラスガレイ・たまねぎ・にんじん・しめじ・塩・酒・マヨドレ・しょうゆ/鶏肉・かぶ・にんじん・さといも・あげ・ごぼう・ねぎ・しょうゆ・油・かつお節/牛乳・りんご/
21	金	牛乳・バナナ ごはん・岩石揚げ・プチトマト・ だいこんのみそ汁	牛乳・チーズ・ぱりんこ	米/大豆・さつまいも・しらす・たまねぎ・卵・塩・小麦粉・しょうゆ・砂糖・油/プチトマト/だいこん・白菜・にんじん・あげ・こまつな・みそ・煮干/牛乳・バナナ/チーズ・ぱりんこ
22	土	牛乳・りんご じゃこチャーハン・和風スープ・ バナナ	牛乳・菓子	米・ちりめんじゃこ・しそ・塩・しょうゆ・ごま油/たいこん・あげ・ふ・塩・しょうゆ・かつお節/バナナ/牛乳・りんご
25	火	牛乳・バナナ 鶏肉うどん・金時豆甘煮・りんご	ジョア・豆乳もち	うどん・鶏肉・にんじん・たまねぎ・しいたけ・白菜・ほうれん草・みりん・しょうゆ・かつお節・昆布/金時豆・砂糖・しょうゆ/りんご/牛乳・バナナ/ジョア・豆乳・砂糖・でんぷん・きな粉・塩
26	水	牛乳・りんご ごはん・煮魚(ごぼう)・ さといものみそ汁	ヨーグルト・白い風船	米/赤魚・ごぼう・しょうが・しょうゆ・砂糖/さといも・だいこん・にんじん・豆腐・ねぎ・みそ・煮干/牛乳・りんご/牧場の朝・白い風船
27	木	牛乳・バナナ ツナ大豆ごはん・れんこんのごまマ ヨネーズ・豆腐のすまし汁	牛乳・あげぱん	米・ツナ・大豆・にんじん・しょうが・しょうゆ・酒・砂糖/れんこん・きゅうり・ハム・いりごま・マヨネーズ・酢・砂糖・塩/豆腐・たまねぎ・白菜・にんじん・ねぎ・塩・かつお節・昆布/牛乳・バナナ/パン・油・粉糖
28	金	牛乳・みかん ごはん・ドライカレー・ フレンチサラダ・バナナ	牛乳・シュークリーム	米・バター・パセリ・豚挽き肉・たまねぎ・にんじん・ピーマン・レーズン・油・小麦粉・ソース・ケチャップ・カレー粉・スープの素/レタス・トマト・きゅうり・ツナ・油・酢・砂糖・塩/バナナ/牛乳・みかん/シュークリーム
29	土	牛乳・バナナ ロールパン・ハヤシチュー・ キャベツとコーンのサラダ・みかん	牛乳・菓子	パン/牛肉・にんにく・たまねぎ・にんじん・グリーンピース・ハヤシルウ・ケチャップ・バター・小麦粉/キャベツ・コーン・油・酢・砂糖・塩/みかん/牛乳・バナナ

