



11月献立表



※午前・午後のおやつ（ ）は卵・乳の含まれるおやつになります。

R 7. 10. 24

日・曜日	献立	材料	午前10時	午後3時
1 (土)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう		
	とりにくとやさいの ちゅうかいため	とりにく・かまぼこ・キャベツ・たけのこみずに・たまねぎ・にんじん・ほししいたけ・あぶら・おろし しょうが・おろしにんにく・さとう・しょうゆ・オイスターソース・さけ・しお・こしょう・かたくりこ	菓子類 ビスコ (乳)	オレンジ あられ
	ワンタンスープ	ウェーブワンタン・たまねぎ・にんじん・もやし・しめじ・チンゲンサイ・にぼし・しょう ゆ・しお・こしょう・ごまあぶら		
4 (火)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	菓子類 星たべよ	バナナマフィン (卵・乳)
	もみじあげ	だいちみずに・ひじき・えびすりみ・たまねぎ・にんじん・むきえだまめ・クリームコーン かん・たまご・こむぎこ・しお・あぶら・しょうゆ		
	はくさいのツナあえ	はくさい・もやし・にんじん・ツナ・しょうゆ・さとう・ごまあぶら・す		
	すましじる	たまねぎ・わかめ・かまぼこ・ねぎ・にぼし・しょうゆ・さけ		
5 (水)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	菓子類 ひとくち クッキー (卵・乳)	ウインナー ボール (卵・乳)
	うまに	とりにく・じゃがいも・にんじん・ごぼう・ほししいたけ・いとこんにやく・いんげん・あ ぶら・さとう・しょうゆ・みりん・だしじる (にぼし)		
	ブロッコリーのあえもの	ブロッコリー・コーン・にんじん・さとう・しょうゆ・す・しろごま		
	せんざりだいこんのみそしる	せんざりだいこん・あつあげ・ねぎ・みそ・にぼし		
6 (木)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	菓子類 ぱりんこ	かき かりんとう (乳)
	さかなのさいきょうやき	さば・みそ・みりん・さけ・さとう・あぶら		
	はるさめのすのもの	りよくとうはるさめ・きゅうり・にんじん・かにかまぼこ・しろごま・さとう・す・しょうゆ		
	けんちんじる	とりももにく・はくさい・ねぎ・しいたけ・ごぼう・にんじん・さといも・しょうゆ・にぼし		
7 (金)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	菓子類 ベジたべる	あんにん フルーツ (乳)
	レバニラいため	とりレバー・おろししょうが・ニラ・もやし・さとう・しょうゆ・カレーこ・さけ		
	かみかみサラダ	さきいか・キャベツ・にんじん・きゅうり・マヨネーズ・しお		
	わかめとたまごのスープ	わかめ・えのきたけ・たまねぎ・たまご・しょうゆ・にぼし		
8 (土)	このはどん・牛乳	こめ・むぎ・とりももにく・ちくわ・たまねぎ・にんじん・ほししいたけ・ねぎ・たまご・ もみのり・さとう・みりん・しょうゆ・だしじる (にぼし) / ぎゅうにゅう	菓子類 せんべい	ミニパン (卵・乳)
	キャベツのみそしる	キャベツ・わかめ・にんじん・じゃがいも・ねぎ・みそ・にぼし		
	くだもの (みかん)	みかん		
10 (月)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	菓子類 アンパンマン せんべい	てづくりプリン (乳) クラッカー
	ポークカレー	ぶたロースにく・にんじん・たまねぎ・じゃがいも・ピーマン・あぶら・エブリーカレー・おろしにんに く・りんご・しお・こしょう・とりがら・ケチャップ・ウスターソース・デミグラスソース		
	ひじきとチーズのサラダ	ひじき・にんじん・きゅうり・プロセスチーズ・しろごま・ごまあぶら・す・しょうゆ・さとう		
11 (火)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	菓子類 サッポロ ポテト	さつまいも ドーナツ (卵・乳)
	さかなのみそマヨネーズやき	さけ・しお・マヨネーズ・みそ・さとう		
	れんこんとごぼうの きんぴら	ぶたにく・れんこん・ごぼう・あかピーマン・しょうゆ・さけ・さとう・ごまあぶら・しろ ごま		
	やさいスープ	キャベツ・たまねぎ・にんじん・しめじ・パセリ・しょうゆ・にぼし		
12 (水)	くりときのこの ごはん・牛乳	こめ・くり・しめじ・ほししいたけ・にんじん・とりにく・あぶらあげ・しお・しょうゆ・ さけ・ぎゅうにゅう	菓子類 どうぶつ ビスケット	みかん ハッピーターン
	とりにくのしおこうじ からあげ	とりももにく・しおこうじ・おろしにんにく・おろししょうが・かたくりこ・あぶら		
	かきのしらあえ	とうふ・ほうれんそう・かき・さつまいも・しろごま・みそ・さとう・しお		
	そえブチトマト	ブチトマト		
	すましじる	はなふ・えのきたけ・にんじん・ねぎ・にぼし・しょうゆ・さけ		
	デザート (とうにゅうみ かんムース)	とうにゅうみかんムース (卵・乳不使用)		
13 (木)	ぎゅうどん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうロースにく・しらたき・たまねぎ・にんじん・ごぼう・ほししいたけ・ ねぎ・おろししょうが・さけ・さとう・しょうゆ・かたくりこ	スティック チーズ (乳)	みるくっこ
	かぶのすのもの	しろかぶ・きゅうり・にんじん・さとう・す・しお		
	あつあげのみそしる	あつあげ・ほうれんそう・もやし・ニラ・みそ・にぼし		
14 (金)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	菓子類 しおせんべい	ポンデケー ション (乳)
	だいこんマーボーどうふ	ぶたミンチ・おろししょうが・あつあげ・だいこん・にんじん・ほししいたけ・たけのこみず に・しらねぎ・あぶら・さとう・しょうゆ・さけ・みりん・あかみそ・オイスターソース・とう ばんじゃん・かたくりこ・ごまあぶら		
	パンサンスウ	ロースハム・りよくとうはるさめ・もやし・きゅうり・す・しょうゆ・さとう・ごまあぶら・し ろごま		
	わかめスープ	わかめ・にんじん・たまねぎ・ねぎ・しょうゆ・にぼし		

10・11月生まれ七五三誕生会

15 (土)	ごましおおにぎり・牛乳	こめ・むぎ・ごましお・ぎゅうにゅう	菓子類 あられ	バナナ せんべい
	ちゃんぽん	ちゅうかめん・ぶたにく・おろししょうが・しお・あぶら・ちくわ・キャベツ・たまねぎ・にんじん・ねぎ・とりがら・しょうゆ・ごまあぶら		
	わかめときゅうりのすのもの	きゅうり・わかめ・にんじん・しろごま・さとう・す・しょうゆ		
17 (月)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	菓子類 ほしたべよ	フルーツ とうにゅう ヨーグルト
	チキンソテーマトソースかけ	とりももにく・ダイストマト・しお・こしょう・おろしにんにく・たまねぎ・オリーブオイル・ケチャップ・さけ・みりん・さとう・しょうゆ・パセリ		
	そえやさい	ブロッコリー・マヨネーズ・しょうゆ		
	ポテトとキャベツのスープ	たまねぎ・じゃがいも・キャベツ・にんじん・ねぎ・しょうゆ・にぼし		
18 (火)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	菓子類 ビスコ (乳)	ホットケーキ (卵・乳)
	さかなのきのこあんかけ	しいら・しお・こしょう・かたくりこ・たまねぎ・えのきたけ・しめじ・にんじん・いんげん・あぶら・さとう・しょうゆ・みりん・かたくりこ・だしじる (にぼし)		
	きゅうりのこんぶあえ	きゅうり・しおこんぶ・しょうゆ		
	チンゲンサイのスープ	チンゲンサイ・たまねぎ・にんじん・にぼし・しょうゆ		
19 (水)	ロールパン・牛乳	ロールパン・ぎゅうにゅう	菓子類 ベジたべる	ごまじゃこ おにぎり たたききゅうり
	クリームスープバゲティ	カットスパゲティ・ベーコン・とりにく・たまねぎ・にんじん・しめじ・ブロッコリー・こむぎこ・バター・ぎゅうにゅう・しお・こしょう・とりがら		
	フレンチサラダ	キャベツ・きゅうり・コーン・ロースハム・オリーブオイル・す・さとう・しお・こしょう		
20 (木)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	菓子類 うすやき せんべい	フライド ポテト
	さばのしおやき	さば・しお		
	わふうドレッシングサラダ	ひじき・キャベツ・もやし・にんじん・ちくわ・わふうドレッシング (卵・乳不使用)		
	だいこんとあぶらあげのみそしる	だいこん・あぶらあげ・とうふ・えのきたけ・こまつな・にぼし・みそ 和食の日献立		
21 (金)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	菓子類 ギンビス ビスケット	ツナカレー トースト (卵・乳)
	だいこんのみそに	だいこん・ぶたにく・いとこんにやく・にんじん・いんげん・さとう・さけ・みそ・だしじる (にぼし)		
	ほうれんそうのなっとうあえ	ほうれんそう・にんじん・ひきわりなっとう・もみのり・しょうゆ		
	かきたまスープ	しめじ・たまねぎ・ねぎ・たまご・しょうゆ・にぼし		
22 (土)	メキシカンライス・牛乳	こめ・ウインナー・たまねぎ・にんじん・コーン・グリーンピース・バター・カレーこ・ケチャップ・ウスターソース・しょうゆ・しお・こしょう・あかワイン／ぎゅうにゅう	菓子類 おかき	ミニパン (卵・乳)
	マカロニサラダ	マカロニ・ツナ・きゅうり・にんじん・マヨネーズ・しお		
	じゃがいものみそしる	じゃがいも・たまねぎ・しめじ・ねぎ・みそ・にぼし		
25 (火)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	菓子類 サッポロ ポテト	おにむしパン
	ごもくはるまき	はるまきのかわ・ぶたミンチ・ニラ・りよくとうはるさめ・たけのこみずに・ほししいたけ・かたくりこ・おろししょうが・さけ・しょうゆ・オイスターソース・ごまあぶら・しお・とりがらスープのもと・あぶら		
	もやしのすじょうゆあえ	もやし・きゅうり・しょうゆ・す		
	やさいスープ	わかめ・えのきたけ・たまねぎ・にんじん・ねぎ・しょうゆ・にぼし		
26 (水)	ロールパン・牛乳	ロールパン・ぎゅうにゅう	菓子類 ぱりんこ	きなこまぶし
	ぎゅうにくのオーロラソースに	ぎゅうロースにく・じゃがいも・たまねぎ・にんじん・しめじ・パセリ・あぶら・おろしにんにく・とりがら・こめこ・ぎゅうにゅう・ケチャップ・トマトピューレ・ウスターソース・デミグラスソース・しお・こしょう・あかワイン・バター		
	スイートポテトサラダ	さつまいも・りんご・きゅうり・ロースハム・コーン・マヨネーズ・しお・こしょう		
27 (木)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	スティック チーズ (乳)	にまめ あげせんべい
	さかなのカレームニエル	さけ・しお・こしょう・しろワイン・カレーこ・こむぎこ・バター・あぶら		
	たまごいりうのはないため	とりミンチ・おから・たまねぎ・にんじん・ほししいたけ・ニラ・たまご・あぶら・さとう・しょうゆ・みりん・だしじる (にぼし)		
	はくさいのみそしる	はくさい・にんじん・あつあげ・わかめ・ねぎ・みそ・にぼし		
28 (金)	わかめおにぎり・牛乳	こめ・わかめごはんのもと・ぎゅうにゅう	菓子類 サラダ一番	りんご フィンガー ビスケット
	ごもくうどん	うどん・とりももにく・にんじん・ほししいたけ・ねぎ・ごぼう・あぶらあげ・しょうゆ・みりん・さけ・だしじる (にぼし)		
	きゅうりとじゃこのあえもの	もやし・にんじん・きゅうり・しらすばし・しろごま・さとう・しょうゆ		
29 (土)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	菓子類 せんべい	あられ アップル ジュース
	さかなのてりに	さば・おろししょうが・さとう・しょうゆ・みりん・さけ・だしじる (にぼし)		
	おからいりポテトサラダ	じゃがいも・おから・にんじん・きゅうり・ロースハム・コーン・しお		
	かぼちゃのみそしる	かぼちゃ・あつあげ・たまねぎ・えのきたけ・ねぎ・みそ・にぼし		