

# 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。

日・曜日	献立	材料	午前10時	午後3時
1 (火)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	菓子類 クッキー (卵・乳)	フルーツ ヨーグルト (乳)
	もみじあげ	だいずみずに・ひじき・えび・たまねぎ・にんじん・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・ツナ・もやし・にんじん・さとう・しょうゆ		
	かぼちゃのみそしる	かぼちゃ・わかめ・ニラ・みそ・にぼし		
2 (水)	天神山まで歩こう (全クラスお弁当) 午前のおやつ・・・せんべい 午後のおやつ・・・黒棒カルシウム (卵)			
4 (金)	ロールパン・牛乳	ロールパン・ぎゅうにゅう	菓子類 ビスケット (卵・乳)	おにぎり おつけもの
	ペンネミートソース	マカロニ・ぶたミンチ・だいずみずに・たまねぎ・にんじん・しめじ・ピーマン・おろしにんにく・オリーブオイル・ケチャップ・トマトピューレ・デミグラスソース・ウスターソース・あかワイン・しお・こしょう		
	ひゅうがなつドレッシングサラダ	ハム・キャベツ・きゅうり・あおピーマン・あかピーマン・きピーマン・ひゅうがなつドレッシング (アレルゲン：小麦)		
5 (土)	ぶたどん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう/ぶたロースにく・たまねぎ・にんじん・ほししいたけ・かまぼこ・しらたき・ニラ・あぶら・さけ・さとう・しょうゆ・しお・みりん	菓子類 おかき	ミニパン (乳)
	ツナマヨサラダ	キャベツ・にんじん・コーン・ツナ・しお・こしょう・さとう・マヨネーズ		
	もやしのスープ	もやし・とうふ・にんじん・しいたけ・ねぎ・しょうゆ・しお・にぼし・ごまあぶら		
7 (月)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	菓子類 クラッカー (乳)	みるくっこ (乳)
	はっぼうさい	ぶたロースにく・えび・キャベツ・たまねぎ・にんじん・たけのこみずに・ほししいたけ・ねぎ・ごまあぶら・さとう・しょうゆ・しお・とりがら・かたくりこ・オイスターソース		
	はるさめサラダ	りょくとうはるさめ・きゅうり・もやし・あかピーマン・ツナ・す・しょうゆ・さとう・しろごま		
8 (火)	たきこみごはん・牛乳	こめ・ぎゅうにゅう/とりにく・ごぼう・にんじん・ほししいたけ・こんにゃく・しょうゆ・みりん・さけ・しお・きざみのり	菓子類 あられ	グレープ ゼリー
	さかなのかおりやき	さば・しろごま・おろしにんにく・しょうが・ねぎ・さとう・さけ・しょうゆ・みりん・あぶら		
	そえやさい	レタス・トマト・きゅうり・戸村のドレッシング (アレルゲン：小麦・大豆・りんご)		
	だいこんのみそしる	だいこん・わかめ・あぶらあげ・ニラ・みそ・にぼし		
9 (水)	ロールパン・牛乳	ロールパン・ぎゅうにゅう	菓子類 クッキー (卵・乳)	ボンデケー ション (乳)
	やさいラーメン	ほしちゅうかめん・ぶたロースにく・キャベツ・にんじん・ねぎ・コーン・しろごま・とりがら・とんこつ・しょうが・おろしにんにく・しお・しょうゆ・ごまあぶら		
	しゅうまい	ぶたにく・たまねぎ・しょうが・かたくりこ・こむぎこ・さとう・しお・みずあめ		
	すじょうゆあえ	きゅうり・もやし・しょうゆ・す		
10 (木)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	菓子類 せんべい	りんご ビスケット (卵・乳)
	だいこんのみそに	だいこん・ぶたももにく・こんにゃく・にんじん・いんげん・さとう・さけ・みそ		
	ほうれんそうのなっとうあえ	ほうれんそう・にんじん・なっとう・もみのり・しょうゆ		
	かきたまスープ	しいたけ・たまねぎ・ねぎ・たまご・しょうゆ・にぼし		
11 (金)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	菓子類 クラッカー (乳)	さつまいも ドーナツ (卵)
	ぎゅうにくとキャベツのプルコギ	ぎゅうロースにく・キャベツ・もやし・にんじん・ニラ・ピーマン・ごまあぶら・やきにくのたれ (アレルゲン：バナナ)・さけ・みりん・しろごま・かたくりこ		
	ごもくとうふじる	とうふ・たけのこみずに・にんじん・しめじ・ほうれんそう・にぼし・しょうゆ		
12 (土)	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 あられ	くろぼう カルシウム (卵)
	ちゃんぽん	ちゅうかめん・ぶたロースにく・おろししょうが・しお・あぶら・いか・えび・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		
	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		
14 (月)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	菓子類 ビスケット (卵・乳)	ホットケーキ (卵・乳)
	マーボーどうふ	とうふ・ぶたミンチ・おろしにんにく・しょうが・たまねぎ・にんじん・たけのこみずに・ほししいたけ・しらねぎ・あぶら・さとう・しょうゆ・あかみそ・オイスターソース・さけ・みりん・かたくりこ・ごまあぶら		
	ハムともやしのちゅうかあえ	ロースハム・もやし・きゅうり・たまご・しお・あぶら・りょくとうはるさめ・さとう・す・しょうゆ・ごまあぶら		
15 (火)	おやこどん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう/とりにく・たまねぎ・にんじん・かまぼこ・ほししいたけ・たまご・ねぎ・にぼし・だしこんぶ・さとう・しょうゆ・みりん・さけ	菓子類 カルシウム おかき	てづくり プリン (乳)
	ごぼうサラダ	ごぼう・にんじん・きゅうり・コーン・ツナ・しょうゆ・す・さとう		
	あつあげのみそしる	あつあげ・あおな・もやし・みそ・にぼし		

16 (水)	ロールパン・牛乳	ロールパン・ぎゅうにゅう	菓子類 せんべい	ビスケット (卵・乳) グレープ ジュース
	ハンバーグ 	ぎゅうミンチ・にんじん・たまねぎ・しいたけ・パンこ・たまご・しお・こしょう・あぶら・ケチャップ・ウスターソース・さとう		
	ゆでやさい	キャベツ・にんじん・しお		
	フライドポテト	フライドポテト(じゃがいも)・しお		
	やさいスープ	ベーコン・たまねぎ・にんじん・しめじ・チンゲンサイ・パセリ・にぼし・しょうゆ・しお・こしょう		
デザート (フルーツケーキ)	ホットケーキミックス・ベーキングパウダー・たまご・さとう・バター・ホイップ クリーム・もも・パイン	七五三お誕生会献立		
17 (木)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	菓子類 クッキー (卵・乳)	おこのみやき (卵)
	なごやふうからあげ	とりももにく・さけ・プレーンヨーグルト・かたくりこ・あぶら・しょうゆ・みりん・さとう・おろしにんにく・しょうが・しろごま		
	マカロニサラダ	マカロニ・ロースハム・きゅうり・にんじん・マヨネーズ・しお		
	すましじる	たまねぎ・かまぼこ・えのきたけ・ねぎ・しょうゆ・にぼし		
18 (金)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	菓子類 おかき	アップル ケーキ (卵・乳)
	さかなのてりに	さば・しょうが・さとう・しょうゆ・みりん・さけ		
	うめおかかあえ	キャベツ・きゅうり・もやし・にんじん・しょうゆ・さとう・しろごま・うめぼし・しらすぼし・かつおぶし		
	とんじる	ぶたバラにく・だいこん・にんじん・ごぼう・さといも・いとこんにやく・とうふ・ねぎ・みそ・にぼし		
19 (土)	このはどん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう/とりにく・ちくわ・たまねぎ・にんじん・ほししいたけ・ねぎ・たまご・さとう・みりん・しょうゆ	菓子類 せんべい	クラッカー ヨーグルト (乳)
	あまずキャベツ	キャベツ・きゅうり・しろごま・さとう・す・しお・レモンかじゅう		
21 (月)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	菓子類 ビスケット (卵・乳)	ふかしいも
	ぶたにくとやさいのみ そいため	ぶたロースにく・たまねぎ・にんじん・たけのこみずに・キャベツ・ねぎ・あぶら・さとう・しょうゆ・みそ・あかみそ・さけ・かたくりこ		
	とりだんごスープ	とりミンチ・おろししょうが・かたくりこ・たまご・はくさい・りよくとうはるさめ・ほししいたけ・にんじん・ニラ・とりがら・しょうゆ		
	くだもの(みかん)	みかん		
22 (火)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	菓子類 あられ	りんご クッキー (卵・乳)
	キャベツのメンチカツ	キャベツ・たまねぎ・あいびぎにく・しお・こしょう・こむぎこ・たまご・パンこ・あぶら		
	ちゅうかサラダ	もやし・にんじん・きゅうり・ロースハム・さとう・す・しょうゆ・ごまあぶら		
	きのこのスープ	かまぼこ・しめじ・えのきたけ・わかめ・ねぎ・しょうゆ・にぼし		
24 (木)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	菓子類 クラッカー (乳)	ヨーグルト ケーキ (卵・乳)
	さけのしおやき	さけ・しお		
	そえやさい	ブロッコリー・マヨネーズ・しょうゆ		
	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		
はくさいのみそしる	はくさい・にんじん・わかめ・あつあげ・ねぎ・みそ・にぼし	和食の日献立		
25 (金)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	菓子類 せんべい	みたらし とうふだんご
	とりにくのさっぱり	とりももにく・さとう・しょうゆ・す・あぶら		
	ポテトサラダ	じゃがいも・たまご・きゅうり・にんじん・マヨネーズ・しお・こしょう		
パンプキンスープ	かぼちゃ・たまねぎ・パセリ・スキムミルク・しお・にぼし			
26 (土)	ロールパン・牛乳	ロールパン・ぎゅうにゅう	菓子類 おかき	りんご あられ
	ナポリタンスパゲティ	スパゲティ・ウインナー・ぶたロースにく・たまねぎ・にんじん・ピーマン・しめじ・あぶら・ケチャップ・ダイストマト・デミグラスソース・ウスターソース・しょうが		
	オニオンスープ	たまねぎ・にんじん・ウインナー・パセリ・しょうゆ・しお・こしょう・とりがら		
28 (月)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	菓子類 クッキー (卵・乳)	マカロニの あべかわ
	にくじゃが	ぎゅうロースにく・じゃがいも・たまねぎ・にんじん・いんげん・あぶら・さとう・しょうゆ・みりん		
	おかかサラダ	きゅうり・にんじん・かつおぶし・しょうゆ・マヨネーズ		
ふのすましじる	はなふ・わかめ・しいたけ・かいわれだいこん・しょうゆ・だしこんぶ・かつおぶし			
29 (火)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	菓子類 カルシウム おかき	オレンジ せんべい
	さかなのきのこあんかけ	しいら・しお・こしょう・こむぎこ・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		
	きゅうりのこんぶあえ	きゅうり・しおこんぶ		
チンゲンサイのスープ	チンゲンサイ・ウインナー・たまねぎ・にんじん・しょうゆ・とりがら			
30 (水)	ナン・牛乳	ナン・ぎゅうにゅう	バナナ	リゾット (乳)
	ドライカレー	ぎゅうミンチ・だいずみずに・たまねぎ・にんじん・ピーマン・グリーンピース・おろしにんにく・しょうが・あぶら・カレーこ・ウスターソース・ケチャップ・さとう・しお・とりがら・エブリーカレー		
	やさいサラダ	トマト・きゅうり・レタス・さとう・す・あぶら・しお		