

## 2024年 11月 献立表

日付	献立名	材料	主食	フルーツ	おやつ
11月25日	鯖の幽庵焼き さつまいもと大豆のごまがらめ 和風サラダ しめじとわかめのみそ汁	鯖、しょうゆ、酒、みりん、ゆず果汁 さつまいも、大豆、上白糖、しょうゆ、みりん、ごま 大根、にんじん、きゅうり、酢、しょうゆ、上白糖、オリーブ油 しめじ、わかめ、ねぎ、みそ、だし	ごはん	りんご	牛乳 ☆ビザ風クラッカー クラッカー、ケチャップ、チーズ
12月26日	肉団子の甘酢あんかけ じゃがいものきんぴら 水菜ともやしの和え物 油揚げと小松菜のみそ汁	豚ひき肉、玉ねぎ、卵、木綿豆腐、塩、パン粉、牛乳、上白糖、酢、しょうゆ、片栗粉 じゃがいも、人参、ピーマン、上白糖、しょうゆ、酒、みりん 水菜、もやし、ツナ、しょうゆ、みりん 油揚げ、小松菜、玉ねぎ、みそ、だし	ごはん	かき	牛乳 ☆おからドーナツ おから、ホットケーキミックス、卵、牛乳 上白糖、サラダ油
13月27日	あじの塩焼き 高野豆腐の卵とじ ほうれん草の塩昆布和え かぶとかぼちゃのみそ汁	あじ、食塩、酒 凍り豆腐、しいたけ、人参、卵、上白糖、酒、しょうゆ、だし ほうれん草、人参、塩昆布、ごま油、鶏がらだし、ごま かぶ、かぼちゃ、みそ、だし	ごはん	オレンジ	牛乳 ☆バナナマフィン 薄力粉、ベーキングパウダー、卵、上白糖 バター、バナナ
14月28日	鶏肉の照り焼き 白菜の煮びたし きゅうりとしらすの酢の物 さつまいもと玉ねぎのみそ汁	鶏肉、しょうゆ、上白糖、みりん、酒、片栗粉 白菜、人参、油揚げ、しょうゆ、みりん、上白糖、だし きゅうり、しらす、わかめ、酢、上白糖 さつまいも、たまねぎ、みそ、だし	ごはん	バナナ	牛乳 クリームパン
1月15日	鮭のもみじ焼き ★八寸 ブロッコリーの和え物 わかめと卵のすまし汁	鮭、人参、マヨネーズ、みそ、酒、みりん 鶏もも肉、こんにゃく、人参、里芋、れんこん、しいたけ、厚揚げ、大根、上白糖、しょうゆ、みりん、だし ブロッコリー、パプリカ、コーン、しょうゆ、上白糖 わかめ、玉ねぎ、卵、しょうゆ、みりん、だし、食塩	ごはん	オレンジ	牛乳 ☆ロックビスケット 薄力粉、バター、卵、上白糖、ベーキングパウダー、干しぶどう、牛乳、コーンフレーク
2月16日	豚肉とニラのスタミナ丼 かぼちゃと人参のみそ汁	豚もも肉、ニラ、玉ねぎ、しょうゆ、上白糖、みりん、酒、鶏がらだし、にんにくしょうが かぼちゃ、人参、みそ、だし	ごはん	バナナ	牛乳 Hi! ガッキー (胚芽クッキー)
18月	鶏肉のオレンジ煮 ほうれん草のソテー 玉ねぎとパプリカのマリネ じゃがいもと人参のスープ	鶏もも肉、オレンジジュース、上白糖、しょうゆ、酒、しょうが ほうれん草、しめじ、バター、しょうゆ 玉ねぎ、パプリカ、上白糖、酢、オリーブ油、食塩 じゃがいも、人参、コンソメ、食塩	ごはん	りんご	牛乳 カステラ
5月19日	さばのしょうが焼き 里芋のそぼろ煮 キャベツとひじきのコールスローサラダ もやしとえのきのみそ汁	鯖、しょうが、みりん、上白糖、酒、しょうゆ 里芋、豚ひき肉、しょうゆ、みりん、上白糖、だし、片栗粉 キャベツ、ひじき、人参、マヨネーズ、酢、上白糖、食塩 もやし、えのき、ねぎ、みそ、だし	ごはん	オレンジ	牛乳 バームクーヘン 牛乳 ☆みたらし団子 白玉粉、木綿豆腐、片栗粉、しょうゆ、上白糖
6月20日	豚肉と大根の炒め煮 ツナとなすの煮物 小松菜のサラダ ごぼうと油揚げのみそ汁	豚もも肉、大根、上白糖、しょうゆ、みりん、酒 ツナ、なす、しょうゆ、みりん、上白糖、だし 小松菜、パプリカ、酢、しょうゆ、ごま油、上白糖、 ごぼう、油揚げ、玉ねぎ、みそ、だし	ごはん	バナナ	牛乳 ☆豆乳きな粉プリン 豆乳、卵、上白糖、黒砂糖、きなこ
7月29日	カレイの天ぷら かぼちゃのバター醤油味 春雨サラダ 豆腐と人参のみそ汁	カレイ、薄力粉、卵、食塩、サラダ油 かぼちゃ、バター、しょうゆ、みりん 春雨、きゅうり、人参、コーン、マヨネーズ、食塩 木綿豆腐、人参、卵、みそ、だし	ごはん	かき	牛乳 ☆ココアマールケーキ 薄力粉、上白糖、ヨーグルト、卵、ベーキングパウダー、バター、ココア、牛乳
8月22日	チンジャオオロス 中華風オムレツ チンゲン菜ともやしのナムル わかめと人参のスープ	牛もも肉、ピーマン、たけのこ、しょうが、にんにく、酒、オイスターソース、鶏がらだし 卵、にら、しいたけ、鶏がらだし、しょうゆ、食塩 チンゲン菜、もやし、人参、しょうゆ、ごま油、上白糖、ごま わかめ、人参、鶏がらだし、食塩	ごはん	バナナ	牛乳 ☆大芋芋 さつまいも、上白糖、サラダ油、しょうゆ、酢
9月30日	ミートスパゲッティ キャベツと玉ねぎのスープ	パスタ、豚ひき肉、玉ねぎ、人参、トマト缶、ケチャップ、ウスターソース、コンソメ キャベツ、えのき、コンソメ、食塩	麺	オレンジ	牛乳 ひこうきビスケット

### お楽しみメニュー

21月	ツナカレーピラフ チキンナゲット コロコロサラダ ミルクスープ	米、ツナ、人参、玉ねぎ、卵、カレー粉、コンソメ 鶏ひき肉、木綿豆腐、玉ねぎ、マヨネーズ、片栗粉、食塩、薄力粉、サラダ油、ケチャップ じゃがいも、人参、きゅうり、コーン、マヨネーズ、食塩 ブロッコリー、かぼちゃ、キャベツ、牛乳、コンソメ、パセリ	ごはん	かき	牛乳 ☆どんぐり型クッキー 薄力粉、卵、バター、上白糖、ベーキングパウダー、きなこ、ココア
-----	--	--	-----	----	---

- ・旬の食べ物 にんじん、柿、鮭
- ・☆のついているおやつは手作りおやつです。
- ・3歳未満児は牛乳と月・木はカルテツウエハース、その他の曜日は袋菓子の朝のおやつがきます。
- ・だしは昆布とかつおだしを使っています。
- ・麦入りのごはんを使用しています。

★印のついているメニューは広島県の郷土料理を取り入れたものです。