



平成30年



向島保育園

曜日	朝のおやつ	献立	主食	材料	3時のおやつ
1 (木)	牛乳	高野豆腐の含め煮 三度豆のゴマ和え ワカメと玉ねぎのみそ汁 パイナップル	ごはん	米 鶏肉 高野豆腐 さつまいも 大根 人参 きぬさや しょうゆ 砂糖 みりん 三度豆 すりゴマ しょうゆ 砂糖 ワカメ 玉ねぎ ネギ みそ だし汁 パイナップル ホットケーキミックス 卵 牛乳 バナナ 牛乳	バナナホットケーキ 牛乳
2 (金)	牛乳	きのこカレー ベーコンサラダ チーズ りんご 	雑穀ごはん	米 雑穀 豚肉 しめじ えのき エリンギ 玉ねぎ 人参 じゃが芋 ルウ ベーコン キャベツ 胡瓜 水菜 ゴマドレ チーズ りんご せんべい かえりちりめん 牛乳	せんべい、かえりちりめん 牛乳
5 (月)	牛乳	赤魚のみそマヨ焼き チンゲン菜の煮びたし 豆腐のすまし汁 グレープフルーツ	ごはん	米 赤魚 みそ マヨネーズ チンゲン菜 油揚げ 人参 だし しょうゆ 砂糖 みりん 豆腐 ほうれん草 玉ねぎ だし汁 淡口しょうゆ グレープフルーツ じゃが芋 マヨネーズ 塩 牛乳	ふかしじゃが 牛乳
6 (火)	牛乳	チキンステーキ ブロッコリーのゴマ和え オニオンスープ りんご	ごはん	米 鶏肉 ステーキソース ブロッコリー しょうゆ すりゴマ 玉ねぎ パセリ コンソメ 淡口しょうゆ りんご キウイ りんご バナナ パイン 桃 みかん ヨーグルト お茶	フルーツヨーグルト お茶
7 (水)	牛乳	牛肉の柳川風丼 焼ししゃも ほうれん草のおひたし パイナップル	麦入りごはん	米 麦 牛肉 卵 玉ねぎ 人参 ごぼう ネギ だし しょうゆ 砂糖 みりん ししゃも ほうれん草 かつお節 しょうゆ パイナップル 小麦粉 卵 バター グラニュー糖 スキムミルク 牛乳 マーメイド ベーキングパウダー 牛乳	オレンジケーキ 牛乳
8 (木)	牛乳	豚と根菜の煮物 じゃがちくわサラダ しめじと小松菜のすまし汁 キウイ	ごはん	米 豚肉 ごぼう レンコン 人参 糸コン 三度豆 だし しょうゆ 砂糖 みりん じゃが芋 ちくわ 青のり マヨネーズ しめじ 小松菜 だし汁 淡口しょうゆ キウイ 芋けんぴ 牛乳	芋けんぴ 牛乳
9 (金)	牛乳	クリームシチュー アスパラサラダ 味付け小魚 パナナ 	ソフトフランス	ソフトフランス 鶏肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 ブロッコリー クリームルウ アスパラ 胡瓜 人参 コーン缶 和ドレ 味付け小魚 パナナ たい焼き(小麦・卵・乳) 牛乳	たい焼き 牛乳
10 (土)	牛乳	肉ワカメうどん オレンジ ブロッコリーのかつお和え	うどん	うどん 牛肉 しょうゆ 砂糖 みりん ワカメ かまぼこ ネギ だし汁 淡口しょうゆ ブロッコリー かつお節 しょうゆ オレンジ お菓子 お茶	お菓子 お茶
たんちゅう 参観日	牛乳	豆腐ハンバーグ ブロッコリーのかつお和え 野菜のすまし汁 オレンジ	菜めし おにぎり	米 菜めし 合挽きミンチ 豆腐 玉ねぎ 卵 パン粉 牛乳 塩 こしょう ブロッコリー かつお節 ほうれん草 白菜 玉ねぎ 人参 だし汁 淡口しょうゆ オレンジ	
12 (月)	牛乳	鱈のゴマ焼き 五目豆 じゃが芋のみそ汁 キウイ	ごはん	米 鱈 ゴマドレ 大豆 人参 こんにゃく 切昆布 レンコン ごぼう だし しょうゆ 砂糖 みりん じゃが芋 玉ねぎ ネギ みそ だし汁 キウイ 小麦粉 卵 牛乳 ベーキングパウダー 砂糖 油 りんご 牛乳	りんご蒸しパン 牛乳
13 (火)	牛乳	炒り豆腐 キャベツの昆布和え きのこスープ グレープフルーツ	ごはん	米 鶏ミンチ 卵 豆腐 玉ねぎ 人参 糸コン きぬさや だし しょうゆ みりん キャベツ 塩昆布 しめじ まいたけ えのき ベーコン コンソメ 淡口しょうゆ グレープフルーツ 食パン(乳) ハム 玉ねぎ ピーマン ピザソース コーン缶 牛乳	ピザトースト 牛乳
14 (水)	牛乳	中華丼 蒸しシュウマイ 大根サラダ オレンジ	麦入りごはん	米 麦 豚肉 白菜 玉ねぎ 人参 もやし しめじ うずら卵 きくらげ ネギ 中華あじ しょうゆ シュウマイ(小麦・卵) しょうゆ 大根 胡瓜 和ドレ オレンジ しょうゆせんべい(卵) 牛乳	しょうゆせんべい 牛乳
15 (木)	牛乳	ちくわの磯辺揚げ 三色おひたし 麩とワカメのすまし汁 パイナップル	ごはん	米 煮込みちくわ 油 天ぷら粉 青のり ほうれん草 人参 もやし ゴマ しょうゆ 砂糖 麩 ワカメ ネギ だし汁 淡口しょうゆ パイナップル バームクーヘン(小麦・卵・乳) 牛乳	バームクーヘン 牛乳
16 (金)	牛乳	チキンカレー ツナサラダ ヨーグルト りんご 	麦入りごはん	米 麦 鶏肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 しめじ ルウ ツナ キャベツ 胡瓜 水菜 ゴマドレ ヨーグルト りんご お好み焼き粉 卵 豚バラ キャベツ ソース 青のり かつお 牛乳	お好み焼き 牛乳

17 (土)	牛乳	ミートスパゲティー 白菜スープ バナナ	スパゲティー	スパゲティー 合挽きミンチ 玉ねぎ 人参 ケチャップ 砂糖 白菜 玉ねぎ 人参 コンソメ 淡口しょうゆ バナナ お菓子 お茶	お菓子 お茶
19 (月)	牛乳	ぶりの照り焼き 切干大根煮 さつま芋のみそ汁 キウイ	ごはん	米 ぶり しょうゆ 砂糖 みりん 片栗粉 切干大根 人参 油揚げ きぬさや だし しょうゆ 砂糖 みりん さつま芋 玉ねぎ ネギ みそ だし汁 キウイ パイシート(小麦・乳) 卵 グラニュー糖 牛乳	シュガーパイ 牛乳
20 (火)	牛乳	鶏と野菜の煮物 めざし 白ネギとあげのみそ汁 グレープフルーツ	ごはん	米 鶏肉 大根 人参 小芋 三度豆 だし しょうゆ 砂糖 みりん めざし 白ネギ 油揚げ みそ だし汁 グレープフルーツ 動物ビスケット(小麦・乳) 牛乳	動物ビスケット 牛乳
21 (水)	牛乳	血うどん アスパラのゆかり和え バナナ	巻き寿司	巻き寿司(卵) 揚げそば 豚肉 白菜 玉ねぎ 人参 しめじ もやし うずら缶 ネギ 中華あじ しょうゆ アスパラ ゆかりふりかけ バナナ えびせん(小麦) 牛乳	えびせん 牛乳
22 (木)	牛乳	豚じゃが(カレー味) ツナピーマン 春雨スープ パイナップル	ごはん	米 豚肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 糸こんにゃく グリーンピース カレー粉 だし しょうゆ 砂糖 みりん ツナ ピーマン えのき しょうゆ 春雨 人参 白菜 玉ねぎ ネギ 中華あじ 淡口しょうゆ パイナップル りんご ポーロ(卵) 牛乳	りんご、ポーロ 牛乳
24 (土)	牛乳	ラーメン 白菜とえのきのポン酢和え オレンジ	中華めん	中華めん 焼豚 もやし コーン なんと ネギ ウェイパー しょうゆ 白菜 えのき ポン酢 オレンジ お菓子 お茶	お菓子 お茶
26 (月)	牛乳	白身魚の西京焼き じゃこピーマン かぶのすまし汁 パイナップル	ごはん	米 白身魚 白みそ みりん 酒 淡口しょうゆ じゃこ ピーマン パプリカ しょうゆ かぶ 玉ねぎ ネギ だし汁 淡口しょうゆ パイナップル 食パン イチゴジャム 牛乳	ジャムサンド 牛乳
27 (火)	牛乳	親子丼 ひじきサラダ チーズ グレープフルーツ	麦入りごはん	米 麦 鶏肉 卵 玉ねぎ 人参 ネギ だし しょうゆ 砂糖 みりん ひじき キャベツ 胡瓜 カイワレ菜 ツナ ゴマドレ チーズ グレープフルーツ さつま芋 牛乳	焼き芋 牛乳
28 (水) 誕生会	牛乳	白身魚フライ グリーンサラダ 豆腐のみそ汁 ゼリー メロン	鮭おにぎり	米 鮭フレーク 白身魚 油 キャベツ 胡瓜 アスパラガス 水菜 和ドレ 豆腐 ワカメ ネギ みそ だし汁 ゼリー メロン チョコケーキ(小麦・卵・乳) ワッフル(小麦・卵・乳) 牛乳	4, 5歳児 チョコケーキ 3歳、乳児 ワッフル 牛乳
29 (木)	牛乳	牛肉のみそ煮 小松菜の白和え もやしスープ オレンジ 	ごはん	米 牛肉 大根 こんにゃく ネギ みそ しょうゆ 砂糖 みりん 小松菜 木綿豆腐 人参 糸コン ちくわ すりゴマ しょうゆ 砂糖 もやし 玉ねぎ ネギ コンソメ 淡口しょうゆ オレンジ だんご粉 豆腐 しょうゆ 砂糖 黒糖 片栗粉 牛乳	みたらし豆腐団子 牛乳
30 (金)	牛乳	さつま芋カレー コーンサラダ 味付け小魚 キウイ 	雑穀ごはん	米 雑穀 豚ミンチ 人参 玉ねぎ さつま芋 ルウ コーン缶 キャベツ 胡瓜 水菜 和ドレ 味付け小魚 キウイ コーンフレーク 牛乳	コーンフレーク 牛乳



スプーンマークのある日はスプーンを持ってきてください



エフロンマークのある日はエフロンと三角巾を持ってきてください



《11月のクッキング》

29日 豆腐団子作り 年長



