令和4年

11月の献立

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 (火)	牛乳	野菜炒め　焼ポテト ほうれん草のみそ汁　キウイ	ごはん	米　豚肉　キャベツ　玉ねぎ　人参　しめじ　ピーマン　もやし　鶏ガラ　しょうゆ　ポテト ほうれん草　麩　ねぎ　だし汁　味噌　キウイ たこ焼き(卵)　ソース　牛乳　お茶	たこ焼き 牛乳(幼児)　お茶(乳児)
2 (水)	牛乳	親子丼　小松菜の白和え めざし　グレープフルーツ	麦入りごはん	米　大麦　鶏肉　玉ねぎ　人参　ねぎ　卵　だし　砂糖　しょうゆ　みりん 小松菜　人参　糸こんにゃく　ちくわ　木綿豆腐　ごま　砂糖　しょうゆ　めざし　グレープフルーツ 米菓子　ラムネ　牛乳　お茶	きな粉菓子　ラムネ 牛乳(幼児)　お茶(乳児)
4 (金)	牛乳	ビーフカレー　ひじきサラダ ヨーグルト　オレンジ	雑穀ごはん	米　雑穀　牛肉　じゃが芋　玉ねぎ　人参　しめじ　カレールウ(乳) ひじき　キャベツ　胡瓜　ツナ　かいわれ　胡麻ドレッシング(卵)　ヨーグルト　オレンジ 食パン　生クリーム(乳)　バナナ　牛乳　お茶	フルーツサンド 牛乳(幼児)　お茶(乳児)
5 (土)				**乳　児　参　観　日**	
7 (月)	牛乳	鮭のゴマ焼き　おから煮 さつま芋のみそ汁　パイナップル	ごはん	米　鮭　胡麻ドレッシング(卵)　おから　鶏肉　あげ　人参　コンニャク　ちくわ　ねぎ　だし　砂糖　しょうゆ　みりん さつま芋　玉ねぎ　ねぎ　だし汁　みそ　パイナップル クッキー(卵・乳)　牛乳　お茶	クッキー 牛乳(幼児)　お茶(乳児)
8 (火)	牛乳	肉じゃがカレー味　三色おひたし オレンジ	ごはん	米　牛肉　じゃが芋　玉ねぎ　人参　糸こんにゃく　グリンピース　カレー粉　だし　砂糖　しょうゆ　みりん ほうれん草　人参　もやし　ごま　砂糖　しょうゆ　オレンジ たい焼き　牛乳　お茶	たい焼き 牛乳(幼児)　お茶(乳児)
9 (水)	牛乳	豚丼　ホワイトサラダ 味付け小魚　キウイ	麦入りごはん	米　大麦　豚肉　キャベツ　玉ねぎ　人参　ねぎ　だし　砂糖　しょうゆ　みりん ブロッコリー　カリフラワー　りんご　チーズ　ヨーグルト　マヨネーズ(卵)　味付け小魚　キウイ 肉まん　牛乳　お茶	肉まん 牛乳(幼児)　お茶(乳児)
10 (木)	牛乳	牛肉のしぐれ煮　胡瓜の酢の物 もやしのすまし汁　りんご	ごはん	米　牛肉　人参　糸こんにゃく　ごぼう　三度豆　だし　砂糖　しょうゆ　みりん　胡瓜　わかめ　じゃこ　春雨 酢　砂糖　淡口しょうゆ　もやし　人参　水菜　だし汁　淡口しょうゆ　りんご おせんべい　野菜ジュース	おせんべい 野菜ジュース
11 (金)	牛乳	チキンカレー　グリーンサラダ チーズ　グレープフルーツ	雑穀ごはん	米　雑穀　鶏肉　じゃが芋　玉ねぎ　人参　しめじ　カレールウ(乳)　キャベツ　胡瓜　水菜　アスパラ 和風ドレッシング　チーズ　グレープフルーツ 小麦粉　バター　砂糖　卵　ベーキングパウダー　バナナ　牛乳　お茶	バナナのパウンドケーキ 牛乳(幼児)　お茶(乳児)
12 (土)	牛乳	きつねうどん ゼリー　バナナ	うどん	うどん　あげ　砂糖　しょうゆ　みりん　かまぼこ(卵)　ねぎ　だし汁　淡口しょうゆ ゼリー　バナナ お菓子　お茶	お菓子 お茶
14 (月)	お茶	鰆の梅焼き　チンゲン菜の煮びたし 豆腐のみそ汁　パイナップル	セルフおにぎり (幼児) ふりかけごはん (乳児)	米　のり　ふりかけ　鰆　梅肉　みりん　チンゲン菜　あげ　人参　だし　砂糖　しょうゆ　みりん 豆腐　玉ねぎ　ねぎ　だし汁　みそ　パイナップル メロンパン(卵・乳)　牛乳　お茶	メロンパン 牛乳(幼児)　お茶(乳児)
15 (火)	お茶	プルコギ　三度豆のゴマ和え わかめスープ　オレンジ	ごはん	米　牛肉　玉ねぎ　人参　ニラ　春雨　しめじ　ごま　にんにく　生姜　タレ　しょうゆ　三度豆　ごま　砂糖　しょうゆ わかめ　もやし　ねぎ　コンソメ　淡口しょうゆ　オレンジ えびせんべい　牛乳　お茶	えびせんべい 牛乳(幼児)　お茶(乳児)
16 (水)	牛乳	コロッケ　ツナサラダ かき玉汁　りんご	ごはん	米　コロッケ(卵・乳)　ツナ　キャベツ　胡瓜　水菜　胡麻ドレッシング(卵) 卵　ねぎ　だし汁　淡口しょうゆ　りんご ホットケーキミックス(乳)　卵　牛乳　砂糖　油　桃缶　牛乳　お茶	もも蒸しパン 牛乳(幼児　・お茶(乳児)
17 (木)	牛乳	チキンのトマト煮　スパゲッティサラダ オニオンスープ　グレープフルーツ	ソフトフランス	ソフトフランス(卵)　鶏肉　玉ねぎ　人参　トマト缶　にんにく　パセリ　ケチャップ　スパゲティ　ハム(卵・乳) コーン　人参　胡瓜　マヨネーズ(卵)　玉ねぎ　パセリ　コンソメ　淡口しょうゆ　グレープフルーツ ビスコ(乳)　牛乳　お茶	ビスコ 牛乳(幼児)　お茶(乳児)
18 (金)	牛乳	ポークカレー　大根サラダ 味付け小魚　キウイ	雑穀ごはん	米　雑穀　豚肉　じゃが芋　玉ねぎ　人参　しめじ　カレールウ(乳) 大根　胡瓜　水菜　和風ドレッシング　味付け小魚　キウイ さつま芋　牛乳　お茶	焼き芋 牛乳(幼児)　お茶(乳児)
19 (土)	牛乳	肉うどん ぜりー　チーズ	うどん	うどん　牛肉　砂糖　しょうゆ　みりん　かまぼこ(卵)　ねぎ　だし汁　淡口しょうゆ ゼリー　チーズ お菓子　お茶	お菓子 お茶
21 (月)	牛乳	鮭の塩麹焼き　じゃこピーマン にゅうめん　オレンジ	ごはん	ごはん　鮭　塩麹　じゃこ　ピーマン　パプリカ　しょうゆ そうめん　ねぎ　だし汁　淡口しょうゆ　オレンジ りんご　バナナ　キウイ　みかん缶　パイン缶　桃缶　牛乳　お茶	フルーツ盛り 牛乳(幼児)　お茶(乳児)
22 (火)	牛乳	筑前煮　ほうれん草のかつお和え 厚揚げのみそ汁　グレープフルーツ	ごはん	ごはん　鶏肉　ごぼう　レンコン　人参　こんにゃく　絹さや　だし　砂糖　しょうゆ　みりん ほうれん草　かつお節　しょうゆ　厚揚げ　玉ねぎ　ねぎ　だし汁　みそ　グレープフルーツ オレンジジュース　アガー　砂糖　みかん缶　牛乳　お茶	オレンジゼリー 牛乳(幼児)　お茶(乳児)
24 (木)	牛乳	牛肉のスタミナ炒め　焼きししゃも かぼちゃのみそ汁　キウイ	ごはん	米　牛肉　玉ねぎ　人参　ピーマン　しめじ　もやし　タレ　ししゃも かぼちゃ　玉ねぎ　ねぎ　だし汁　みそ　キウイ せんべい　牛肉　お茶	せんべい 牛乳(幼児)　お茶(乳児)
25 (金)	牛乳	クリームシチュー　コーンサラダ ヨーグルト　りんご	ロールパン	ロールパン(卵)　鶏肉　じゃが芋　玉ねぎ　人参　ブロッコリー　クリームルウ(乳) キャベツ　胡瓜　コーン　水菜　和風ドレッシング　ヨーグルト　りんご ポン菓子　牛乳　お茶	ポン菓子 牛乳(幼児)　お茶(乳児)
26 (土)	牛乳	ミートスパゲティ ゼリー　オレンジ	スパゲティ	スパゲティ　合挽きミンチ　玉ねぎ　人参　パセリ　ケチャップ　砂糖 ゼリー　オレンジ お菓子　お茶	お菓子 お茶
28 (月)	牛乳	白身魚の西京焼き　切干大根煮 豆腐のみそ汁　オレンジ	ごはん	米　白身魚　白みそ　みりん　切干大根　人参　あげ　絹さや　だし　砂糖　しょうゆ　みりん 豆腐　ワカメ　ねぎ　だし汁　みそ　オレンジ 白玉粉　粉チーズ　牛乳　塩　油　牛乳　お茶	モチモチチーズパン 牛乳(幼児)　お茶(乳児).
29 (火) 誕生会	牛乳	アジフライ　ブロッコリーのかつお和え 野菜スープ　ゼリー　メロン	炊き込み おにぎり	米　あげ　人参　ごぼう　しめじ　だし　しょうゆ　みりん　アジフライ　油　ブロッコリー　かつお節　しょうゆ ほうれん草　人参　玉ねぎ　ベーコン(卵・乳)　コンソメ　淡口しょうゆ　ゼリー　メロン ケーキ(卵・乳)　牛乳　お茶	りんごのケーキ 牛乳(幼児)　お茶(乳児)
30 (水)	牛乳	ビビンバ丼　ゆでアスパラ 玉子スープ　グレープフルーツ	麦入りごはん	米　大麦　合挽きミンチ　砂糖　しょうゆ　みりん　ほうれん草　もやし　人参　ごま　ゴマ油　塩 アスパラ　マヨネーズ(乳)　卵　ネギ　鶏ガラ　淡口しょうゆ　グレープフルーツ バウムクーヘン(卵・乳)　牛乳　お茶	バウムクーヘン 牛乳(幼児)　お茶(乳児)

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

クッキング
28日(月)チーズパン作り　年中組
エプロン・三角巾・マスクを持ってきて下さい

調理室だより

気をつけている細菌類

調理現場では、どんな食材にも、十分に火を通しています。

- **黄色ブドウ球菌／60度以上で、30～60分間の加熱**
- **O157／75度以上で、1分間の加熱**
- **ノロウイルス／85度以上で、1分間の加熱**
- **カンピロバクター／60度以上で、1分間の加熱**

ご家庭でも参考にしてください。