

2021年 11月 給食献立表 くりくま保育園

			給食	材料	うさぎ～そうぐみ おやつ (材料)	ひよこ・りすぐみ おやつ (材料)
1	月		ごはん 牛肉ときのこのオープン焼き	精白米 牛肉 玉葱 エリンギ えのき しめじ にんにく 塩 コショウ 醤油 菜種油	牛乳 黒糖蒸しパン (小麦粉 黒糖 B.P)	きんとん (長芋 さつま芋)
			かぶの煮浸し	かぶ 人参 厚揚げ 削り節 醤油	柿	柿
2	火	16	ごはん 鱈(たら)の甘酢あんかけ	精白米 鱈 玉葱 えのき 生椎茸 削り節 塩 砂糖 醤油 酢 片栗粉	牛乳 スイートポテト (さつま芋 砂糖 バター 牛乳 みりん) ミニゼリー	じゃが芋もち (じゃが芋 塩 片栗粉)
			きんぴらごぼう	ごぼう れんこん 人参 三度豆 砂糖 醤油 みりん 菜種油		みかん
	水	17	ごはん ボークビーンズ	精白米 豚肉 大豆 じゃが芋 人参 玉葱 マッシュルーム 三度豆 バター トマトピューレ 塩 コショウ 砂糖 醤油	牛乳 ベジタブルせんべい	蒸しかぼちゃ (かぼちゃ)
			春雨サラダ	春雨 胡瓜 キャベツ トマト 塩 砂糖 酢 オリーブ油	りんご	りんご
4	木	18	ごはん 筑前煮	精白米 鶏肉 大根 人参 れんこん ごぼう こんにゃく 干し椎茸 三度豆 削り節 砂糖 醤油 みりん	牛乳 みたらし団子	長芋のお焼き (長芋 キャベツ 塩 片栗粉 菜種油)
			千草和え	小松菜 もやし えのき 醤油		干しブルー
5	金	19	鮭ごはん 豚汁	精白米 鮭 塩 豚肉 豆腐 大根 さつま芋 キャベツ ごぼう 青葱 削り節 味噌	牛乳 おとうふ屋さんのかりんとう	りんご寒天 (りんご 寒天)
			かぶの甘酢漬け	かぶ 柚子 塩 砂糖 酢	チーズ	さくっとあられ
6	土	20	ごはん 牛肉の時雨煮	精白米 牛肉 れんこん ごぼう 人参 糸こんにゃく 三度豆 土生姜 削り節 砂糖 醤油 みりん	牛乳 芋けんぴ	お菓子
			青菜の華風和え	青梗菜 もやし わかめ 油揚げ 砂糖 醤油 胡麻油	干しブルー	干しブルー
8	月	22	ごはん 豚肉と春雨の炒め物	精白米 豚肉 春雨 玉葱 人参 青梗菜 塩 コショウ 醤油 菜種油	牛乳 ソフトせんべい	蒸し芋 (さつま芋)
			れんこんのかか煮	れんこん かつお節 削り節 砂糖 醤油 みりん	りんご	りんご
9	火	30	ごはん 鯖の味噌煮	精白米 鯖 ごぼう 土生姜 砂糖 みりん 味噌	牛乳 桂川	大根団子 (大根 上新粉)
			青菜のじゃこ和え	小松菜 もやし えのき ちりめんじゃこ 醤油	ヨーグルト	干しブルー
10	水	24	ごはん 麻婆豆腐	精白米 牛肉 豆腐 玉葱 人参 にんにく 土生姜 青葱 砂糖 醤油 赤味噌 片栗粉 菜種油	牛乳 焼き芋 (さつま芋)	かぼちゃもち (かぼちゃ 片栗粉)
			千切大根の甘酢漬け	千切大根 砂糖 醤油 酢	みかん	みかん
11	木	25	ごはん かみなり揚げ	精白米 鶏ひき肉 豆腐 卵 玉葱 青葱 干し椎茸 塩 コショウ 醤油 片栗粉 菜種油	牛乳 マカロニきな粉 (マカロニ きな粉 砂糖)	アップルポテト (りんご さつま芋)
			秋色サラダ	さつま芋 かぼちゃ 人参 カリフラワー 塩 コショウ 酢 砂糖 オリーブ油	かみかみ昆布	ベビースティック
12	金	26	あんかけそば	中華麺 豚肉 するめいか 白菜 人参 玉葱 もやし 生椎茸 青葱 削り節 塩 コショウ 醤油 片栗粉	お茶 おにぎり (精白米 大根葉 塩)	青菜おにぎり (精白米 青菜 塩)
			長芋の煮付け	長芋 かつお節 削り節 砂糖 醤油 みりん	返りちりめん	干しブルー
13	土	27	ごはん 鶏じゃが	精白米 鶏肉 じゃが芋 人参 玉葱 こんにゃく 三度豆 削り節 砂糖 醤油 みりん	牛乳 ごまだれかりんとう	お菓子
			青梗菜の磯和え	青梗菜 えのき 焼きのり 醤油	ミニゼリー	みかん
15	月	29	ちょっとだけ芋ごはん あらめ煮	精白米 さつま芋 塩 牛肉 あらめ 油揚げ 人参 玉葱 干し椎茸 三度豆 削り節 砂糖 醤油 みりん	牛乳 きらず揚げ	蒸し芋 (さつま芋)
			白菜のお浸し	白菜 白胡麻 砂糖 醤油	干しブルー	干しブルー

11月のお魚は、鱈(たら)が仲間入りです。
そして、なんと、混ぜご飯が2回もありますよ！
11/15・29の「ちょっとだけ芋ごはん」…初のネーミングです。楽しみにしていてくださいね～

寒くなってきましたね。ごはんをたくさん食べて、元気に過ごしましょう。
※11月は祝日の関係で献立の日付がとんでる所があります。ご注意ください！

