

2023年

11月

給食献立表

くりにくま保育園

		給食	材料	りす〜ぞうくみ おやつ (材料)	ひよこ おやつ (材料)
1	水	ごはん 豚肉のパン粉焼き 秋色サラダ	白米 豚肉 薄力粉 パン粉 卵 バセリ 菜種油 塩 コショウ さつま芋 かぼちゃ 人参 カリフラワー 酢 砂糖 塩 コショウ オリーブ油	牛乳 こんぶあられ 柿	蒸しじゃが (じゃが芋 塩) 柿
2	木 16	ごはん 千切り大根の煮物 れんこんの白和え	白米 牛肉 千切り大根 油揚げ 人参 玉葱 干し椎茸 三度豆 削り節 醤油 砂糖 みりん 豆腐 蓮根 ブロッコリー しめじ こんにゃく 醤油 砂糖 白味噌	牛乳 手作りパン (薄力粉 ドライイースト 砂糖 塩 菜種油)	アップルポテト (さつま芋 りんご) ベビースティック
	金 17	鮭ごはん 金時豆煮 けんちん汁	白米 鮭 塩 金時豆 醤油 砂糖 みりん 鶏肉 豆腐 こんにゃく 大根 人参 里芋 ごぼう しめじ 青葱 削り節 醤油	牛乳 焼きかぼちゃ (かぼちゃ 塩 菜種油) 干しブルーベリー	蒸しかぼちゃ (かぼちゃ) 干しブルーベリー
4	土 18	ごはん 牛肉の時雨煮 キャベツのゆかり和え	白米 牛肉 蓮根 人参 ごぼう 三度豆 糸こんにゃく 土生姜 醤油 砂糖 みりん 削り節 キャベツ えのき ゆかり	牛乳 芋かりんとう りんご	4日紫芋せんべい 18日蒸しじゃが (じゃが芋 塩) りんご
6	月 20	ごはん カレー豚じゃが 青菜のお浸し	白米 豚肉 じゃが芋 玉葱 人参 三度豆 つきこん 削り節 醤油 砂糖 みりん カレー粉 小松菜 しめじ もやし 油揚げ 削り節 醤油	牛乳 豆腐団子 (豆腐 白玉粉 上新粉 砂糖 きな粉)	蓮根のおやき (蓮根 片栗粉 塩 菜種油) 干しブルーベリー
7	火 21	ごはん 鶏のさっぱり煮 添え野菜 ポテトサラダ	白米 鶏肉 ごぼう 酢 醤油 砂糖 ブロッコリー じゃが芋 人参 玉葱 胡瓜 酢 砂糖 塩 コショウ オリーブ油	お茶 ヨーグルト きらず揚げ	蒸しかぼちゃ (かぼちゃ) りんご寒天 (りんご 寒天)
8	水 22	ごはん 鱈の甘酢あんかけ きんぴらごぼう	白米 鱈 玉葱 えのき 生椎茸 削り節 塩 醤油 砂糖 酢 片栗粉 ごぼう 蓮根 人参 三度豆 醤油 砂糖 みりん 菜種油	牛乳 焼き芋 (さつま芋) 干しブルーベリー	蒸しじゃが (じゃが芋 塩) 柿
9	木	ごはん おでん 蒸しかぼちゃ	白米 牛すじ 鶏肉 大根 人参 厚揚げ こんにゃく 削り節 醤油 砂糖 みりん かぼちゃ	牛乳 りんごゼリー (りんごジュース 砂糖 寒天) 玄米ほんぼー	きんとん (さつま芋 長芋) さくっとあられ
10	金 24	ちゃんぽんそば 長芋の煮付け	中華麺 豚肉 人参 玉葱 白菜 もやし なら 青葱 削り節 塩 コショウ 醤油 胡麻油 長芋 花かつお 削り節 醤油 砂糖 みりん	お茶 ネギ味噌おにぎり (白米 塩 ネギ 味噌 砂糖 菜種油) 返りちりめん	人参おにぎり (白米 人参 塩) 干しブルーベリー
11	土 25	ごはん 鶏団子汁 ごぼうのじゃこ煮	白米 鶏ひき肉 豆腐 土生姜 キャベツ 人参 青葱 しめじ 春雨 チンゲン菜 削り節 塩 コショウ 醤油 片栗粉 ごぼう ちりめんじゃこ 醤油 砂糖 みりん	牛乳 水族館クッキー ミニゼリー	ベビースティック みかん
13	月 27	ごはん 冬野菜のポトフ 白菜の昆布和え	白米 牛肉 じゃが芋 人参 玉葱 キャベツ かぶ セロリ 削り節 塩 コショウ 醤油 白菜 細切り昆布 醤油 みりん	牛乳 バジタプルせんべい りんご	蒸し芋 (さつま芋) りんご
14	火 28	ごはん 鯖のきじ焼き 添え野菜 野菜の炊き合わせ	白米 鯖 青葱 土生姜 醤油 みりん キャベツ かぼちゃ 厚揚げ 人参 玉葱 三度豆 削り節 醤油	牛乳 黒糖かるかん (長芋 上新粉 B.P 黒糖)	長芋のお焼き (長芋 キャベツ 片栗粉 菜種油) 干しブルーベリー
15	水 29	ごはん 豚肉と春雨の炒め物 ブロッコリーの胡麻和え	白米 豚肉 玉葱 人参 春雨 チンゲン菜 醤油 塩 コショウ 菜種油 ブロッコリー 白胡麻 醤油 砂糖	牛乳 マカロニきな粉 (マカロニ 塩 きな粉 砂糖) チーズ	じゃが芋もち (じゃが芋 片栗粉 塩) 柿
	木 30	ごはん かみなり揚げ れんこんのかか煮	白米 豆腐 鶏ひき肉 干し椎茸 玉葱 青葱 卵 片栗粉 醤油 塩 コショウ 菜種油 れんこん かつお節 削り節 醤油 砂糖 みりん	牛乳 ソフトせんべい みかん	蒸し芋 (さつま芋) みかん

3ヶ月に亘り保育参加という形で、試食会も開催されます！様々な日に来てくださるので、給食室も張り切ってます！
また、食事の悩み事や給食の作り方等の質問も受け付けています。

おでんやカブなど、冬を感じる献立が増えてきました。11月の給食もお楽しみに～☆