

令和 1 年度		 11 月 予 定 献 立 表		 高野保育園				
日	曜	献 立 名	主 な 使 用 材 料	乳 児			3時 おやつ	
				主食	追加	10時		
1	土	 運動会 						
4	火	魚の竜田揚げ 添え野菜 ミネストローネ 昆布和え フルーツ	さば しょうが ニンニク 酒 しょうゆ もやし ベーコン キャベツ じゃが芋 大豆 玉葱 人参 トマト コンソメ 昆布 白菜 小松菜 胡瓜 人参 甘夏	パン	プルーン	ヨーグルト	練乳クッキー	
5	水	遠足(お弁当の日) ・ 卒園旅行					フルーツ	3未 ビスコ& ふんわりコーン
6	木	鮭ときのこのグラタン 煮豆 たくあん和え	鮭 鶏肉 マカロニ 玉葱 じゃが芋 ほうれん草 パター 小麦粉 牛乳 パン粉 チーズ うずら豆 砂糖 たくあん キャベツ ちくわ 胡瓜 もやし 人参 かつお	飯	ひじき	牛乳 ウエハース	ヨーグルトケーキ	
7	金	鶏肉のアップルグリル 添え野菜 南瓜の甘煮 ひじきのマリネ 牛乳	鶏肉 ニンニク りんご ジャム しょうゆ ブロッコリー 南瓜 昆布 油揚げ インゲン 煮干し しょうゆ 干ひじき ツナ 大根 胡瓜 人参 オリーブ油 酢 牛乳	飯	菜	100%ジュース ボーロ	プリン アラモード	
8	土	ちゃんめん フルーツ 牛乳	干中華めん 豚肉 平天 キャベツ 人参 コーン もやし 葱 鶏ガラ しょうが みりん しょうゆ コンソメ ごま油 パナナ 牛乳	めん		乳酸菌飲料 アスハラビスケット	せんべい	
10	月	マーボー豆腐 ベークドポテト 大根サラダ	豆腐 合挽肉 玉葱 人参 しいたけ 筍 ニラ 煮干し みそ ケチャップ ごま油 じゃが芋 牛乳 チーズ パター 大根 ハム 胡瓜 人参 マヨレ ごま しょうゆ	飯	ふりかけ	ヨーグルト	レーズンサンド	
11	火	魚のムニエルみそバターソース 添え野菜 豚とごぼうのうま煮 ブロッコリーの甘酢	さくら 小麦粉 オリーブ油 みそ パター パセリ キャベツ 豚肉 ごぼう 玉葱 人参 しいたけ しょうが 煮干し ブロッコリー パイナップル 胡瓜 赤ピーマン 酢 砂糖	めん	野菜	牛乳 ウエハース	ホワイトポテト 2以下 ミルク煮	
12	水	豚肉のきのこあんかけ さつま芋とりんごの重ね煮 たらこ和え	豚肉 小麦粉 オリーブ油 玉葱 しめじ えのき まいたけ みりん しょうゆ さつま芋 りんご レーズン パター たらこ レンコン 人参 しょうゆ ほうれん草 キャベツ マヨレ	パン	牛乳	フルーツ	はりはり おにぎり	
13	木	鮭のチーズフライ風 添え野菜 かぶのミルクスープ 水菜サラダ プルーン	鮭 小麦粉 マヨネーズ パン粉 チーズ オリーブ油 ブロッコリー かぶ 鶏肉 片栗粉 白菜 玉葱 マッシュルーム 人参 牛乳 コンソメ 水菜 大根 ベーコン キャベツ 胡瓜 人参 オリーブ油 酢 プルーン	飯	ゆかり	100%ジュース 干し芋	マーマレード フレンチトースト	
14	金	レンコンバーグ 添え野菜 昆布巻煮 白す和え 牛乳	鶏ひき肉 レンコン 卵 豆腐 玉葱 人参 白葱 みりん しょうゆ 片栗粉 キャベツ 昆布巻 白す干し 白菜 小松菜 人参 胡瓜 ごま しょうゆ 牛乳	パン	チーズ	牛乳 Caせんべい	中華そば	
15	土	卵とじうどん フルーツ 牛乳	干めん 卵 鶏肉 玉葱 しいたけ 人参 三つ葉 煮干し みりん しょうゆ パナナ 牛乳	めん		乳酸菌飲料 アスハラビスケット	せんべい	
17	月	すき焼き風煮 ☆ちくわきゅうり パンサンスー	牛肉 玉葱 白菜 人参 豆腐 麩 ごぼう 糸こんにやく しいたけ 春菊 みりん しょうゆ ちくわ 胡瓜 春雨 ハム 卵 みかん キャベツ トマト 酢 ごま油	飯	ふりかけ	牛乳 ウエハース	あんまん 2以下 米粉ケーキ	
18	火	さつま汁 ラップおにぎり 鮭の塩焼き 添え野菜 フルーツ	さつま芋 豚肉 油揚げ 大根 人参 ごぼう 玉葱 葱 みそ 煮干し 米 ワカメ ゆかり 鮭 レモン しょうが ブロッコリー みかん	飯		ヨーグルト	マロンケーキ さくら以下 米粉タルト	
19	水	厚焼き卵 添え野菜 チンゲン菜の煮浸し うまっコリー	卵 合挽肉 玉葱 人参 パセリ スキムミルク 砂糖 しょうゆ キャベツ チンゲン菜 鶏肉 厚揚げ しいたけ 赤ピーマン もやし ブロッコリー コーン 胡瓜 人参 かつお ごま	めん	野菜	牛乳 Caせんべい	チーズトースト	
20	木	魚のみそ煮 ◇納豆のかき揚げ 白菜とりんごのサラダ	さば 昆布 しょうが 砂糖 みそ 大根 納豆 ちくわ 干ひじき 玉葱 人参 卵 水菜 小麦粉 片栗粉 油 白菜 ハム りんご 胡瓜 人参 酢 オリーブ油 しょうゆ	飯	きな粉	100%ジュース チーズ	ミルククッキー	
21	金	鶏肉の西京焼き 添え野菜 牛乳 切り干し大根の炒め煮 キャベツの甘酢	鶏肉 みりん 白みそ しょうが もやし 切り干し大根 平天 大豆 人参 油揚げ しいたけ 葱 煮干し キャベツ ツナ 胡瓜 赤ピーマン 酢 砂糖 牛乳	パン	プルーン	フルーツ	ヨーグルト&ウエハース 3未 ヨーグルト	
22	土	けんちんうどん フルーツ 牛乳	干めん 鶏肉 豆腐 大根 人参 さといも ごぼう 葱 煮干し みりん しょうゆ パナナ 牛乳	めん		乳酸菌飲料 アスハラビスケット	せんべい	
25	火	さわらのもみじ焼き 添え野菜 豚バラ大根 小松菜のきのこ和え	さくら 片栗粉 人参 みそ マヨネーズ もやし 豚バラ 大根 人参 葱 煮干し しょうゆ 小松菜 しめじ キャベツ えのき ささ身 胡瓜 赤ピーマン ごま	パン	牛乳	100%ジュース プルーン	スイートポテト 3以下 やわらか煮	
26	水	湯豆腐 きんぴらレンコン 中華サラダ レバー煮 牛乳	豆腐 白す干し 葱 ぼん酢 レンコン ちくわ インゲン ごぼう 人参 糸こんにやく ごま しめじ しいたけ 豚肉 白菜 胡瓜 もやし 赤ピーマン ごま油 酢 しょうゆ レバー煮 牛乳	飯	菜	牛乳 ウエハース	りんご	
27	木	焼きそば 鶏の唐揚げ 添え野菜 カリフラワーとブロッコリーのサラダ アップルジュース	蒸し中華めん 豚肉 キャベツ 人参 かつお お好みソース ウスターソース 鶏肉 小麦粉 片栗粉 にんにく しょうゆ 油 トマト カリフラワー ブロッコリー ツナ 人参 コーン マヨレ アップルジュース	めん		フルーツ	レアチーズケーキ 3未 シフォンケーキ	
28	金	茶碗蒸し 田舎煮 お浸し チーズ	卵 煮干し みりん しょうゆ 鶏肉 Eビ(3上) えのき しいたけ 三つ葉 大豆 油揚げ ごぼう 人参 糸こんにやく 煮干し キャベツ ほうれん草 もやし 蒲鉾 人参 かつお チーズ	パン	牛乳	ヨーグルト	栗ごはん おにぎり	
29	土	ハヤシライス フルーツ 牛乳	米 豚肉 牛肉 じゃが芋 玉葱 人参 マッシュルーム グリーンピース ハヤシルウ パナナ 牛乳	飯		乳酸菌飲料 アスハラビスケット	せんべい	

※ 18日(火) みんなで収穫したさつま芋を料理して、
各クラスでお芋パーティーをします。

◎ 27日(木)誕生会です。3歳以上児はお箸だけ用意してください。

☆ もも3以下は、野菜の白す干し煮になります。

◇ もも3以下は、豆腐と野菜の含め煮になります。

さつま芋を味わいましょう！

先月収穫したさつま芋で10月はふかし芋をしました。今月はさつま芋パーティーをします。天候にも恵まれたおかげで今年は立派なさつま芋を収穫することができましたね。今月は旬のさつま芋を使って色々な料理を献立に入れています。おかずでも、おやつとしても楽しめるさつま芋を思う存分味わいましょう。