

令和5年11月

後期食献立表

原町みゆき保育園

※都合により献立変更する場合があります。

日にち	昼食	おやつ	日にち	昼食	おやつ
1(水)	豚肉の梅醤油漬け丼(軟飯) (豚ロース肉、キャベツ、梅干し、刻みのり) スープ(ニラ、えのき) おかか和え(チンゲン菜、人参、ちくわ、鰹節) バナナ	豆乳蒸しパン (小麦粉、豆乳、黒糖 ベーキングパウダー)	18(土)	ケチャップライス(軟飯) (鶏肉、人参、玉葱、ピーマン、ケチャップ、バター) スープ(チンゲン菜、きくらげ) フレンチサラダ(レタス、胡瓜、コーン)フレンチ バナナ	鬼まんじゅう (さつまいも、牛乳、小麦粉 ベーキングパウダー)
2(木)	肉ごぼううどん (うどん、鶏肉、葱、ごぼう、人参、椎茸、みそ) さつまいもとリンゴの甘煮(さつまいも、りんご、バター) グレープフルーツ	ジャンバラヤ風軟飯 (ウインナー、玉葱 ピーマン、トマト にんにく、バター カレー粉、ケチャップ)	20(月)	チャーハン(軟飯) (焼豚、なると、人参、玉葱、にんにく、生姜) スープ(白菜、しめじ) ブロッコリーの中華風サラダ (キャベツ、人参、ブロッコリー、葱、生姜、ごま油) オレンジ	ココアプリン (ココア、ゼラチン、豆乳)
4(土)	鶏肉の葱塩丼(軟飯) (鶏肉、葱、レモン汁、ごま油、片栗粉) スープ(えのき、コーン) なめ茸キャベツ(キャベツ、人参、なめ茸) バナナ	カップケーキ (小麦粉、バター 卵、牛乳 ベーキングパウダー)	21(火)	軟飯 みそ汁(葱、なめこ) 炒り鶏(鶏肉、人参、椎茸、れんこん、ごぼう 里芋、絹さや) かぶサラダ(かぶ、かぶの葉)和風 グレープフルーツ	ウインナーマフィン (小麦粉、牛乳、卵 ベーキングパウダー ウインナー、バター)
6(月)	軟飯 みそ汁(葱、豆腐) 鶏肉の玉葱ソースがけ (鶏肉、玉葱、りんご、片栗粉) 青菜納豆和え (チンゲン菜、人参、もやし、えのき、挽き割り納豆) グレープフルーツ	紅茶のパウンドケーキ (小麦粉、バター、卵 牛乳、紅茶 ベーキングパウダー)	22(水)	ミートソーススパゲティ(スパゲティ、豚挽肉 玉葱、人参、ピーマン、にんにく、ケチャップ ホールトマト、トマトピューレ、白ワイン、小麦粉 バター、粉チーズ、ローリエ) りんごのヨーグルトサラダ(キャベツ、レーズン りんご、人参、ヨーグルト)エッグケア バナナ	わかめ軟飯 (炊き込みわかめ)
7(火)	軟飯 マカロニスープ(マカロニ、人参、しめじ) 豚肉のパン粉焼き (豚ロース肉、小麦粉、卵、パン粉、ケチャップ) 彩りサラダ(キャベツ、カリフラワー、黄パプリカ) フレンチ バナナ	ごまおじや (白ごま、ごま油)	24(金)	軟飯 みそ汁(もやし、豆苗) 鶏肉のあずま煮(鶏肉、生姜、白ごま) 大根と胡瓜のゆかり和え(大根、胡瓜、ゆかり) オレンジ	カラメルバナナマフィン (小麦粉、バター 卵、グラニュー糖 バナナ、牛乳 ベーキングパウダー)
8(水)	ごぼうの混ぜ軟飯(ごぼう、人参、油揚げ、ごま油) 和風スープ(万能葱) カジキのみそ煮(カジキ、生姜、みそ) たくあんサラダ(水菜、胡瓜、たくあん)和風 みかん	秋のフルーツポンチ (黄桃、バナナ、梨 寒天、グラニュー糖 ぶどうジュース)	25(土)	チンジャオロース丼(軟飯)(豚肉、ピーマン 赤パプリカ、もやし、筍、オイスターソース、片栗粉) スープ(椎茸、チンゲン菜) ごまドレサラダ (キャベツ、トマト、白ごま)エッグケア バナナ	きつねにゆうめん (そうめん、鶏肉、油揚げ 人参、玉葱)
9(木)	うどん(うどん、豚肉、葱、人参、白菜、もやし コーン、椎茸、ニラ、きくらげ、鶏ガラ、りんご 玉葱、生姜、にんにく、干し椎茸) 白いんげん豆の甘煮(白いんげん豆) バナナ	ピラフ(軟飯) (鶏肉、人参、玉葱 ピーマン、黄パプリカ バター、オリーブ油)	27(月)	軟飯 スープ(わかめ) 豚肉とチンゲン菜のみそ炒め (豚肉、チンゲン菜、人参、ピーマン、玉葱、椎茸 にんにく、生姜、みそ) 塩昆布和え(キャベツ、胡瓜、塩昆布) バナナ	蒸しパン (小麦粉、卵、牛乳 ベーキングパウダー)
10(金)	チキンのハヤシライス(軟飯)(鶏肉、じゃが芋、人参 玉葱、しめじ、小麦粉、バター、ハヤシルウ ホールトマト、中濃ソース、ケチャップ) エッグケアサラダ(レタス、トマト、胡瓜、黄パプリカ) エッグケア オレンジ	おでん (大根、ちくわ、厚揚げ)	28(火)	青のり軟飯(青のり) みそ汁(玉葱、ひじき) カジキの醤油ソテー(カジキ、バター) 小松菜の煮浸し(小松菜、人参、もやし、油揚げ) グレープフルーツ	いももち (じゃが芋、片栗粉)
11(土)	豚肉とキャベツのスパゲティ(スパゲティ 豚肉、キャベツ、玉葱、人参、にんにく) 南瓜の塩バター(南瓜、バター) バナナ	リゾット (玉葱、ハム、にんにく バター、ドライパセリ 牛乳、粉チーズ)	29(水)	軟飯 コーンスープ (白菜、クリームコーン、ドライパセリ、牛乳) 鶏肉の照焼き(鶏肉、片栗粉) パインサラダ(キャベツ、胡瓜、パイン)フレンチ オレンジ	舞茸の炊き込み軟飯 (舞茸、エリンギ、ごぼう 万能葱)
13(月)	軟飯 みそ汁(南瓜、玉葱) 鶏肉の治部煮風 (鶏肉、れんこん、椎茸、人参、生姜、片栗粉) わかめサラダ(レタス、人参、胡瓜、わかめ)和風 バナナ	お好み焼き (小麦粉、卵、ハム キャベツ、コーン、青のり お好み焼きソース)	30(木)	中華丼(軟飯)(豚肉、白菜、玉葱、人参 椎茸、いんげん、きくらげ、生姜、片栗粉) 春雨スープ(春雨、万能葱) ナムル(チンゲン菜、人参、コーン、ごま油) バナナ	チーズおじや (とろけるチーズ)
14(火)	軟飯 スープ(ブロッコリー、黄パプリカ) 魚のグラタン(カレイ、しめじ、玉葱、人参、ほうれん草 牛乳、小麦粉、バター、粉チーズ、白ワイン、ローリエ) 根菜サラダ(キャベツ、南瓜、れんこん、水菜、醤油) エッグケア グレープフルーツ	鶏だし雑炊 (鶏肉、レタス、人参、葱 片栗粉、押麦、鶏ガラ)			
15(水)	ブルコギ丼(軟飯)(豚肉、もやし、ニラ、人参 玉葱、しめじ、にんにく、みそ、白ごま、ごま油) 清汁(かまぼこ、麩) 切干大根の梅だれサラダ (切干大根、油揚げ、胡瓜、梅干し) オレンジ	メープルパウンドケーキ (小麦粉、卵、バター ベーキングパウダー メープルシロップ)			
16(木)	軟飯 みそ汁(じゃが芋、玉葱) 肉野菜炒め(鶏挽肉、もやし、キャベツ、人参 椎茸、春雨、片栗粉) 白和え (小松菜、ひじき、しめじ、人参、木綿豆腐) バナナ	コーンフレーク (コーンフレーク、豆乳)			
17(金)	あんかけうどん (うどん、豚肉、玉葱、人参、白菜、きくらげ、片栗粉) ホットサラダ (じゃが芋、人参、ブロッコリー、にんにく) バナナ	ツナおじや (ツナ、もやし、人参 小松菜)			