

乳児(あひる、あかぐみ)、幼児(まき、あおぐみ)

献立表

11 がつ

園庭の木の色づきや日が沈むはやさからも秋の深まりを感じます。

給食室の裏にある柿の木に今年はいくぶん実がなっていて、子どもたちと収穫し食べられる日が待ち遠しいです。今日も旬の食材を取り入れた身体温まるメニューで子どもたちを元気にしたいと思います。

2019.10.28 山内保育園

	㊦ 11.25	㊧ 12.26	㊨ 13.27	㊩ 14.28	㊪ 1.15.29	㊫ 2.16.30
献立	筑前煮 おからの炊き煮 みそ汁	きのこカレー ブロッコリーとピーマンのマリネ くだもの	煮豚 おさつサラダ 具だくさんみそ汁	鮭のいそべ焼き 白菜とほうれん草の塩昆布和え きのこ汁	千草焼 かぶとりんごのサラダ みそ汁	豚丼風 ほうれん草のおかか和え みそ汁
材料	ごはん 乳幼 鶏肉 30 40 ごぼう 15 20 れんこん 18 25 人参 15 20 板こんにゃく 10 15 糸こんにゃく 2 3 しょうゆ、酒、みりん、砂糖 おから 18 25 人参 5 7 油あげ 3 4 ねぎ 1 2 まいたけ 4 5 酒、しょうゆ、みりん、砂糖 昆布、わかめ、味噌 0.7 1 0.3 0.4	ごはん 乳幼 合挽きミンチ 20 30 じゃがいも 40 60 玉ねぎ 30 40 人参 15 20 しめじ 4 6 マッシュルーム 4 6 エリンギ 4 6 コーン 4 6 バター 4 6 小麦粉 4 6 カレー粉 0.3 0.3 スキムミルク 0.7 1 ヨーグルト 3 3 チーズ 1 2 黒砂糖、ケチャップ、ミンチ、ブロッコリー、赤いピーマン、黄いピーマン、酢、砂糖、塩、りんご、柿、はちみつ	ごはん 乳幼 豚肉 40 60 (しょうゆ、酒、砂糖) さつまいも 35 50 りんご 4 5 きゅうり 5 7 レズン 2 3 (マヨネーズ、塩) 玉ねぎ 15 20 もやし 8 10 人参 5 7 大根 17 25 小松菜 6 8 (味噌)	ごはん 乳幼 魚 35 50 青のり (しょうゆ、油) 白菜 17 25 ほうれん草 17 25 塩昆布 しめじ 7 10 えのき 4 5 たねこ 6 8 エリンギ 5 7 おろし菜 2 3 片栗粉 2 3 土生姜 0.7 1 (しょうゆ、酒、みりん、塩)	ごはん 乳幼 鶏ミンチ 20 30 豆腐 20 30 玉ねぎ 15 20 人参 7 10 ひじき 2 3 ねぎ 1 2 (酒、しょうゆ、みりん) かぶ 25 35 赤かぶ 10 15 りんご 17 20 かぶの葉 3 5 (酢、砂糖、塩、油) さつまいも 30 40 人参 7 10 ねぎ 0.7 1 (味噌)	ごはん 乳幼 豚肉 30 40 玉ねぎ 35 50 しめじ 4 5 人参 10 15 人蔘 3 4 (酒、みりん、砂糖) ほうれん草 30 40 人参 3 4 花かつお (しょうゆ) 昆布、わかめ、味噌 0.7 1 0.3 0.4
おやつ	芋ようかん、お茶 (さつまいも、寒天、砂糖)	蒸しパン、牛乳 (小麦粉、ベーキングパウダー、砂糖、ココア、抹茶、甘味料、黒砂糖、はちみつ)	たねきうどん、お茶 (うどん、五、油あげ、ねぎ、昆布、しょうゆ、砂糖、濃口しょうゆ、みりん、塩)	チーズもちもちボウル (白玉粉、米粉、チーズ、塩、スライスチーズ、牛乳、油)	ちりめんじゃこトースト、牛乳 (食パン、ちりめんじゃこ、マヨネーズ、青のり)	おせんべい、お茶

	㊬ 4.18	㊭ 5.19	㊮ 6.20	㊯ 7.21	㊰ 8.22	㊱ 9.23
献立	すき焼き風煮 花野菜のゴマ和え のっぺい汁	栗鳥のてりやき 温野菜 みそ汁	八宝菜 春雨サラダ くだもの	鯖の塩焼き 五目きんぴら 豚汁	かぼちゃのグラタン ミネストローネ	9日は みどりとつちと
材料	ごはん 乳幼 牛肉 25 35 焼豆腐 45 65 玉ねぎ 30 45 人参 10 15 白ねぎ 7 10 糸こんにゃく 10 15 昆布 0.7 1 (しょうゆ、酒、みりん、砂糖) ブロッコリー 18 25 カリフラワー 15 20 ゴマ 0.7 1 (しょうゆ) 大根 18 25 人参 5 7 里芋 20 30 片栗粉 1 2 (酒、みりん、塩)	ごはん 乳幼 鶏肉 45 65 (酒、みりん、しょうゆ、砂糖) かぶ 15 20 さつまいも 25 35 人参 15 20 れんこん 10 15 (塩) キャベツ 20 30 玉ねぎ 10 15 人参 4 5 えのき 5 7 ねぎ 0.7 1 (味噌)	ごはん 乳幼 豚肉 30 40 白菜 25 35 人参 6 10 しめじ 4 6 もやし 15 20 片栗粉 3 5 (鶏がらスープ、塩、しょうゆ、酒、ごま油) 春雨 7 10 きゅうり 5 7 わかめ 0.2 0.3 赤いピーマン 3 5 (酢、砂糖、塩) りんご、はちみつ	ごはん 乳幼 さば 35 50 (塩) れんこん 10 15 人参 4 5 ごぼう 15 20 三度豆 2 3 ひじき 0.3 0.5 ゴマ 0.7 1 (しょうゆ、酒、みりん、砂糖) 豚肉 10 15 大根 20 30 人参 4 5 板こんにゃく 4 4 さつまいも 15 20 油あげ 3 4 ねぎ 0.7 1 (味噌)	ごはん 乳幼 豚ミンチ 25 35 かぼちゃ 40 60 玉ねぎ 15 20 しめじ 4 6 マッシュルーム 4 6 ほうれん草 10 15 バター 3 4 小麦粉 5 6 牛乳 2.5 3.5 スキムミルク 1 2 チーズ 8 10 (塩) 白菜 25 35 人参 5 7 セロリ 2 4 コーン 4 5 まいたけ 4 6 トマト、煮玉、コンソメ、塩	おひさまこまごり のため 給食は ありません。
おやつ	焼りんご、牛乳 (りんご、バター、グラニュー糖)	マレードケーキ、牛乳 (小麦粉、砂糖、卵、ベーキングパウダー、水、マレード、バター)	おしろこ、お茶 (白玉粉、砂糖、塩、片栗粉、小豆)	スコーン、牛乳 (小麦粉、ベーキングパウダー、グラニュー糖、バター、牛乳、スキムミルク、ココア、レズン)	里芋ごはんのおにぎり お茶 (米、野菜、昆布、塩、焼のり)	

食材の微細調整のために 調味料は材料の欄に記載がなくても使用することがあります