

# 11月 献立表

日付	曜日	献立名	材料	おやつ	
1	15 29	金	焼きうどん ちくわ磯辺揚げ わかめスープ	ゆでうどん、にら、豚肉、たまねぎ、キャベツ、ごま油、オイスターソース 中華だし、砂糖、しょうゆ、にんにく、しょうが、食塩 ちくわ、あおのり、小麦粉、水、油 カットわかめ、ねぎ、水、中華だし、砂糖、食塩	牛乳 牛乳 ピザトースト 食パン、ケチャップ、たまねぎ、ベーコン とろけるチーズ
2	30	土	豚丼 さつまいもの煮物 キャベツのみそ汁	米、豚肉、たまねぎ、しょうが、しょうゆ、みりん、酒、かつお・昆布だし汁 さつまいも、しょうゆ、砂糖、みりん キャベツ、ねぎ、かつお・昆布だし汁、米みそ	お茶 麦茶 フルーツポンチ もも缶、みかん缶
	18	月	ごはん 千キン南蛮 コールスローサラダ 油揚げのみそ汁	米 鶏もも肉、食塩、片栗粉、マヨドレ、卵、たまねぎ、パセリ粉、食塩 酢、しょうゆ、みりん、砂糖 キャベツ、にんじん、食塩、砂糖、酢、マヨドレ 油揚げ、ねぎ、かつお・昆布だし汁、米みそ	牛乳 牛乳 麩ラスク 焼ふ、グラニュー糖、無塩バター
5	19	火	ビビンバ チョレギサラダ たまごスープ	米、牛ひき肉、焼き肉のたれ、ほうれんそう、もやし、にんじん、ボン酢、いりごま キャベツ、だいこん、砂糖、しょうゆ、ごま油、にんにく、中華だしの素 いりごま、焼きのり 卵、ねぎ、水、中華だしの素、食塩	牛乳 牛乳 バイクドチーズケーキ クリームチーズ、生クリーム、グラニュー糖 卵、レモン果汁、米粉
6	20	水	ごはん 鯖の胡麻味噌マヨ焼き 大根のそぼろ煮 豆腐のすまし汁	米 さわら、酒、食塩、マヨドレ、米みそ、砂糖、すりごま だいこん、鶏ひき肉、油、しょうゆ、砂糖、片栗粉 木綿豆腐、ねぎ、かつお・昆布だし汁、食塩、しょうゆ	牛乳 牛乳 ドーナツ 小麦粉、ベーキングパウダー、卵 グラニュー糖、牛乳、無塩バター、油
7	21	木	ハヤシライス ジャーマンポテト フルーツポンチ	米、牛肉、たまねぎ、マッシュルーム、油、有塩バター、小麦粉、水、砂糖 トマトピューレ、ケチャップ、ウスターソース、洋風だしの素、グリーンピース じゃがいも、ベーコン、食塩、油 もも缶、パイン缶、みかん缶	牛乳 牛乳 ロールサンド 食パン、ツナ缶、マヨドレ
8	22	金	ごはん 塩からあげ かぼちゃの煮物 大根と厚揚げのみそ汁	米 鶏もも肉、酒、食塩、砂糖、しょうが、にんにく、片栗粉 かぼちゃ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、砂糖 だいこん、厚揚げ、ねぎ、かつお・昆布だし汁、米みそ	牛乳 牛乳 オレンジ、星食べよ オレンジ、星食べよ
9		土	焼き肉丼 小松菜と人参のナムル わかめスープ	米、牛肉、たまねぎ、焼き肉のたれ こまつな、にんじん、酢、砂糖、しょうゆ、ごま油 カットわかめ、ねぎ、水、中華だしの素、食塩	お茶 麦茶 ぶどうゼリー アガー、グラニュー糖、水、ぶどうジュース
11	25	月	ナポリタン ポテトサラダ コンソメスープ	スパゲティ、ピーマン、たまねぎ、ウインナー、ケチャップ、水 じゃがいも、にんじん、きゅうり、マヨドレ、食塩 たまねぎ、ベーコン、水、洋風だしの素	牛乳 牛乳 りんごケーキ 小麦粉、ベーキングパウダー、無塩バター グラニュー糖、卵、りんご
12	26	火	炊き込みご飯 さけの塩焼き ほうれん草の海苔和え 豚汁	米、鶏もも肉、にんじん、砂糖、しょうゆ、かつお・昆布だし汁 さけ、食塩 ほうれんそう、焼きのり、しょうゆ、砂糖、みりん 豚肉、にんじん、ごぼう、だいこん、ねぎ、ごま油、かつおだし汁、米みそ	牛乳 牛乳 メロンパン風トースト 食パン、小麦粉、無塩バター、グラニュー糖
13	27	水	ごはん ホイコーロー 切干大根の中華サラダ たまごスープ	米 豚肉、キャベツ、たまねぎ、中華だしの素、砂糖、しょうゆ、米みそ、ごま油 切干大根、にんじん、きゅうり、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、酢 ごま油、砂糖、いりごま 卵、ねぎ、水、中華だしの素、食塩	牛乳 牛乳 スイートポテト さつまいも、グラニュー糖、無塩バター、牛乳、卵
14	28	木	ロールパン ビーフシチュー フロッコリーとツナのサラダ	ロールパン 牛肉、たまねぎ、にんじん、にんにく、小麦粉、バター、油、赤ワイン 洋風だしの素、水、ケチャップ フロッコリー、ツナ缶、マヨドレ、食塩	お茶 麦茶 夕焼けごはんおにぎり 米、にんじん、油揚げ、みりん、しょうゆ かつお・昆布だし汁

※延長おやつは、星食べよ・ぼたぼた焼きを提供します。