

2024年11月

予 定 献 立 表

新町こども園

日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)			10時おやつ
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
1	金	御飯 かき玉汁 鶏のから揚げ いんげんのおかあえ コロコロサラダ	★お麩ラスク 牛乳	米、じゃがいも、焼 ふ、マーガリン、片栗 粉、油、砂糖、マヨ ネーズ	牛乳、鶏もも肉、魚肉 ソーセージ、卵、かつ お節	グレープフルーツ、いん げん、きゅうり、にんじん、 しめじ、ほうれんそう(冷 凍)、ねぎ、しょうが、にん じく	野菜ジュース
2	土	ハンバーグサンド 牛乳 バナナ		ロールパン	牛乳	バナナ	
3	日						
4	月						
5	火	きつねうどん プロッコリーのマヨネーズあえ 鉄チーズ	パン FeCaウエハース(以上児) ジュース	ゆでうどん、マヨネー ズ、砂糖	チーズ、油揚げ	りんご天然果汁、プロッコ リー、たまねぎ、にんじ ん、ねぎ、コーン缶	FeCaウエハース
6	水	きのこカレー ツナサラダ 福神漬 牛乳	★スイートポテト 牛乳	さつまいも、七分つき 米、じゃがいも、マヨ ネーズ、砂糖、押麦、 無塩バター	牛乳、鶏もも肉(皮付 き)、ツナ油漬缶、か まぼこ、卵、卵(黄)	たまねぎ、りんご、レタス、 にんじん、きゅうり、しめ じ、福神漬、まいたけ	バナナ
7	木	焼きそば(パン) ミニコッペパン フライドポテト 豆腐スープ	★ごままんじゅう 牛乳	焼きそばめん、フライ ドポテト、ロールパン、 ホットケーキ粉、油	牛乳、木綿豆腐、豚 肉(ばら)、こしあん (生)	バナナ、キャベツ、たまね ぎ、もやし、にんじん、ね ぎ、すりごま、カットわか め、あおのり	Caチーズせんべい
8	金	御飯 大根そぼろ煮 マカロニサラダ 厚揚げのみそ汁	★粉ふき芋 牛乳 鉄チーズ(以上児)	米、じゃがいも、マカ ロニ・スバゲティ、砂 糖、マヨネーズ、片栗 粉	牛乳、豚ひき肉、生揚 げ、チーズ、さつま揚 げ、米みそ(淡色辛み そ)、淡色みそ	グレープフルーツ、だい ごん、キャベツ、にんじ ん、きゅうり、えのきたけ 、あおのり	ビスケット
9	土	たまごサンド 牛乳 バナナ		ロールパン	牛乳	バナナ	
10	日						
11	月	御飯 鶏肉のトマト煮 ひじきとキャベツのサラダ 豆腐みそ汁	★アメリカンドッグ 牛乳	米、じゃがいも、ホット ケーキ粉、マヨネー ズ、油	牛乳、鶏もも肉、木綿 豆腐、ウインナーソー セージ、チーズ、ペー コン、米みそ(淡色辛 みそ)、卵、ゆで大豆	カットトマト缶詰、たまね ぎ、キャベツ、にんじん、 コーン缶、ねぎ、ひじき、 カットわかめ、にんにく	飲むヨーグルト
12	火	ちゃんぽんラーメン 揚げ餃子 きゅうりのピクルス みかん	★ボンデケージョ 牛乳	中華めん 冷凍、じゃ がいも、片栗粉、小麦 粉、砂糖、ごま油	牛乳、豚肉(肩ロー ス)、さつま揚げ、粉 チーズ	みかん、キャベツ、もや し、きゅうり、たまねぎ、に んじん、赤ピーマン	チーズ
13	水	親子丼 小松菜とコーンのゴママヨ ほうれん草みそ汁 バナナ	★シーフードスバゲティ 牛乳	米、マカロニ・スバゲ ティ、マヨネーズ、砂 糖	鶏もも肉(皮付き)、 卵、なた、ちくわ、し ばえび、あさり水煮 缶、米みそ(淡色辛み そ)、油揚げ、ペーコ	たまねぎ、バナナ、こまつ な、ほうれんそう(冷凍)、 コーン缶、にんじん、しい たけ、しめじ、えのきた け、赤ピーマン、すりご ま	ヨーグルト
14	木	きのこ御飯 さつま芋の天ぷら シュウマイ きゅうりの昆布あえ	★おたのしみ 牛乳	七分つき米、さつま いも、小麦粉、砂糖、パ ター	牛乳、ヨーグルト(加 糖)、鶏もも肉(皮付 き)、油揚げ、米みそ (淡色辛みそ)、脱脂 粉乳	きゅうり、キャベツ、しめ じ、しいたけ、えのきた け、にんじん、塩こんぶ、 カットわかめ	おやつ小魚
15	金	御飯 さけの塩焼き 小松菜納豆あえ なめこみそ汁	せんべい ジュース	米	さけ、木綿豆腐、挽き わり納豆、米みそ(淡 色辛みそ)、かつお節	りんご天然果汁、こまつ な、ねぎ、なめこ、コーン 缶	ビスケット
16	土	ツナサンド 牛乳 バナナ		ロールパン	牛乳	バナナ	
17	日						
18	月	御飯 バナナ コロケ 春雨サラダ マカロニスープ					
19	火	御飯 厚揚げのきのこあんかけ ささみの梅サラダ ほうれん草みそ汁	★昆布おにぎり 牛乳	米、七分つき米、片栗 粉	牛乳、生揚げ、鶏ささ 身、米みそ(淡色辛み そ)、油揚げ	みかん、たまねぎ、きゅう り、もやし、ほうれんそう (冷凍)、えのきたけ、ま いたけ、しめじ、にんじ ん、うめ干し、万能ねぎ、	バナナ
20	水	焼肉丼 キャベツごま和え えのきのみそ汁 ゼリー					
21	木	ハンバーグ ツナポテトサラダ 中華スープ チーズ	せんべい ジュース FeCaウエハース(以上児)	ロールパン、じゃがい も、マヨネーズ、ごま 油	ジョア、チーズ、ツナ 油漬缶	キャベツ、たまねぎ、きゅ うり、だいごん、えのきた け、カットわかめ	Caチーズせんべい
22	金	御飯 大根と厚揚げのそぼろ煮 ほうれんそうの納豆和え なめこどわかめのみそ汁	ビスケット 牛乳 鉄チーズ(以上児)	米、砂糖、片栗粉	牛乳、生揚げ、挽きわ り納豆、豚ひき肉、 チーズ、米みそ(淡色 辛みそ)、かつお節	だいごん、ほうれんそう、 にんじん、ねぎ、なめこ、 こまつな、カットわかめ	野菜ジュース
23	土						
24	日						
25	月	すき焼き丼 パスタサラダ じゃがいものみそ汁 バナナ	★クッキー 牛乳	米、じゃがいも、小麦 粉、マヨネーズ、マカ ロニ・スバゲティ、パ ター、砂糖	牛乳、焼き豆腐、豚肉 (肩ロース)、ハム、米 みそ(淡色辛みそ)	バナナ、たまねぎ、きゅ うり、キャベツ、ねぎ、にん じん、ほうれんそう、えの きたけ	飲むヨーグルト
26	火	ミートソーススバゲティ ゆでプロッコリー 粉ふき芋 コーンわかめスープ	★いなり 牛乳	マカロニ・スバゲティ、 じゃがいも、米、砂 糖、油	牛乳、鶏ひき肉、油揚 げ、粉チーズ	グレープフルーツ、カット トマト缶詰、たまねぎ、プ ロッコリー、にんじん、 コーン缶、ねぎ、カットわ かめ、あおのり	チーズ
27	水	御飯 さばのみそ煮 蒸し鶏のごまだれ キャベツのすまし汁	★おでん	米、じゃがいも、ごま ドレッシング、砂糖	さば、鶏むね肉(皮 付)、ちくわ、生揚げ、 ウインナーソーセー ジ、米みそ(淡色辛み そ)	オレンジ、キャベツ、きゅ うり、ねぎ、にんじん、だ いごん、えのきたけ、大豆 もやし、しょうが	おやつ小魚
28	木	ボークカレー 和風サラダ 福神漬 牛乳	★みそ煮込みうどん	七分つき米、じゃがい も、ゆでうどん、押麦、 和風ドレッシング、油	牛乳、豚肉(肩ロー ス)、ちくわ、鶏むね 肉、米みそ(淡色辛み そ)、豚レバー、ハム、 油揚げ	たまねぎ、りんご、にんじ ん、レタス、きゅうり、福神 漬、はくさい、ねぎ、セロリ	ヨーグルト
29	金	御飯 豚肉とキャベツのみそ炒め 中華きゅうり チンゲンサイみそ汁	せんべい ジュース	米、砂糖、ごま油	生揚げ、豚肉(ばら)、 チーズ、米みそ(淡色 辛みそ)	りんご天然果汁、たまね ぎ、きゅうり、キャベツ、チ ンゲンサイ、にんじん、 ピーマン、たけのこ(ゆ で)、ごま、しょうが、カット バナナ	野菜ジュース
30	土	コロケサンド 牛乳 バナナ		ロールパン	牛乳		
				1か月の平均栄養量 (幼児・おやつ含む)		エネルギー 474 kcal たんぱく質 18.8 g 脂質 15.8 g 塩分 1.7 g	

○献立は仕入れの都合により変更することがあります
 ○★印は手作りおやつです
 ○土曜日のおやつは人数が確定してから決めます