

11月 こんだて

日 曜	献立名	魚肉卵豆	乳海藻	緑黄色野菜	その他野菜	米・麺・芋	その他	⑩おやつ	⑪おやつ	
1 土	豚そぼろご飯 きのこの味噌汁 果物	豚ミンチ 卵 豆腐		人参	玉葱 生薑 玉葱 えのき しめじ	米	醤油 砂糖 いりこ 味噌	せんべい 牛乳	ココアビスコッティ 牛乳	粉 ココア BP 卵 レーズン 砂糖 牛乳
4 火	お弁当日							せんべい 牛乳	菓子 牛乳	
5 水	レバーのマリアナソース 南瓜サラダ 果物	鶏肉 鶏レバー ハム		人参 ビーマン 人参 南瓜	玉葱 しめじ キャベツ 生薑ニンニク 胡瓜		醤油 味噌 ケチャップ ソース マヨネーズ 塩コショウ	バナナ 牛乳	オムレツパン 牛乳	食パン ウインナー チーズ 卵 牛乳 塩コショウ
6 木	豚肉と大豆のカレー炒め 柿なます ヨーグルト	豚肉 水煮大豆		人参 ビーマン ナス 人参	玉葱 大根 胡瓜	じゃが芋 柿	醤油 コンソメ 塩コショウ カレー粉 醤油 砂糖 酢	ビスケット 牛乳	リンゴケーキ 牛乳	粉 砂糖 卵 BP バター りん ご レモン汁
7 金	団子汁 果物 ブロッコリーの甘酢和え ししゃも	油揚げ 竹輪 (ししゃも)		人参 葱 人参 ブロッコリー	玉葱 しめじ 生椎茸	やせうま餅 里芋	味噌 いりこ 醤油 砂糖 酢 ゴマ	バナナ 牛乳	マラサダ風ドーナツ 牛乳	ホットケーキミックス 豆乳 卵 絹豆 腐 油 グラニュー糖
8 土	野菜ラーメン ゆで卵 果物	豚肉 卵		人参 ニラ	キャベツ もやし	中華麺	鶏がら 塩 ゴマ油	せんべい 牛乳	アップルポテト 牛乳	さつまいも りんご 砂糖 バター
10 月	ワカメチャンプルー 白菜とリンゴのサラダ ヨーグルト	豚肉 厚揚げ 鰹節	わかめ	人参 葱 人参	玉葱 しめじ 干椎茸 白菜		醤油 塩コショウ ドレッシング	せんべい 牛乳	オニオンケーキ 牛乳	粉 BP 玉葱 ベーコン コーン バター 砂糖 卵
11 火	炒り卵のミートソースかけ 小松菜と竹輪の和え物 果物	卵 合挽肉 竹輪	粉チーズ	人参 ビーマン バセリ 人参 小松菜	玉葱 マッシュルーム		ケチャップ ソース 塩コショウ 醤油 砂糖	リンゴ 牛乳	きつねおにぎり 牛乳	米 油揚げ 人参 醤油 砂糖
12 水	野菜とウインナーのスープ じゃがチーズ 果物	ウインナー		人参 葱 人参	玉葱 白菜 生椎茸 生薑 玉葱	春雨 じゃが芋	醤油 塩コショウ コンソメ 塩コショウ	バナナ 牛乳	塩バタークッキー 牛乳	ホットケーキミックス バター 塩 グ ラニュー糖
13 木	魚の竜田揚げ ミニトマト ひじきサラダ 果物	魚		(ミニトマト) 人参 インゲン	生薑 胡瓜	片栗粉	醤油 砂糖 酒 醤油 砂糖 マヨネーズ ゴマ	ビスケット 牛乳	さつまいも団子 牛乳	白玉粉 豆腐 さつまいも 牛乳 砂糖 塩
14 金	南瓜のシチュー 切干大根サラダ 果物	鶏肉 ハム		人参 南瓜 ブロッコリー 人参 青しそ	玉葱 しめじ 胡瓜 切干大根 コーン		シチューールウ 醤油 砂糖 酢	せんべい 牛乳	ココア蒸しパン 牛乳	粉 ココア 砂糖 牛乳 BP
17 月	チキンの胡麻タルタル ブロッコリー ほうれん草のおかか和え 果物	鶏肉 卵 鰹節		バセリ (ブロッコリー) 人参 ほうれん草	玉葱 胡瓜	片栗粉	醤油 マヨ 酢 砂糖 塩コショウ 醤油	ビスケット 牛乳	マカロニあべかわ 牛乳	マカロニ 黄粉 砂糖
18 火	おでん煮込み もやし炒め 果物	鶏肉 ウズラ卵 厚揚げ かまぼこ	切昆布	人参 ビーマン 黄パプリカ 人参	大根 もやし	里芋 こんにゃく	味噌 いりこ 塩コショウ	リンゴ 牛乳	黒糖蒸しパン 牛乳	粉 黒糖 牛乳 BP
19 水	豚肉のマーマレード焼き 温野菜サラダ 果物	豚肉		人参 ほうれん草 人参	玉葱 コーン 大根 しめじ	マーマレード	醤油 醤油 砂糖	せんべい 牛乳	メルティフレーク 牛乳	コーンフレーク マシュマロ バ ター
20 木	豆腐ハンバーグ 緑キャベツ 野菜の和え物 果物	合挽肉 豆腐 卵 油揚げ		人参 ニラ 人参	玉葱 (キャベツ) もやし 胡瓜	パン粉	ケチャップ ソース 塩コショウ 醤油 砂糖	バナナ 牛乳	フルーツヨーグルト 麦茶	ヨーグルト 砂糖 バナナ りんご みかん缶
21 金	秋の味覚給食							ビスケット 牛乳	竹輪の磯部焼き 牛乳	ちくわ 粉 卵 青のり
22 土	焼肉丼 わかめスープ 果物	牛肉 豆腐	わかめ	人参 ビーマン 葱	キャベツ もやし 玉葱	米	醤油 砂糖 味噌 塩コショウ 醤油 ゴマ	せんべい 牛乳	シリアルクッキー 牛乳	粉 砂糖 バター 卵 コーンフ レーク レーズン
25 火	カボス風味鶏照り焼き 緑キャベツ 切干大根のバターソテー 果物	鶏肉 ベーコン		人参 ほうれん草	(キャベツ) 切干大根 しめじ		醤油 カボス果汁 砂糖 みりん バター 醤油	ビスケット 牛乳	梅じゃこおにぎり 牛乳	米 ちりめん 梅干し ゴマ の り
26 水	誕生会メニュー							せんべい 牛乳	スイポテケーキ 牛乳	
27 木	魚のチリソース 野菜の白和え 果物	魚 豆腐		人参 ブロッコリー ほうれん草		片栗粉 米こんにゃく	酢 ケチャップ 砂糖 塩コショウ 油 醤油 砂糖 味噌 ゴマ	リンゴ 牛乳	カレーチーストースト 牛乳	食パン 粉チーズ マヨネーズ 牛乳 カレー粉
28 金	高野豆腐のそぼろ煮 切昆布とツナのサラダ 果物	高野豆腐 鶏ミンチ エビ ツナ	切昆布	人参 ビーマン 人参	玉葱 えのき 葱 コーン	片栗粉	醤油 砂糖 みりん マヨネーズ 白だし ゴマ	バナナ 牛乳	りんごのスコーン 牛乳	粉 リンゴ バター 砂糖 BP 牛乳
29 土	ミルクスパゲティ 果物	ベーコン	牛乳 チーズ	人参 パプリカ赤	玉葱 大根 しめじ	スパゲティ	塩コショウ コンソメ	せんべい 牛乳	菓子 牛乳	菓子

気になる給食がありましたら、いつでもレシピを準備します

※献立は変更になる場合があります

お弁当日

秋の
味覚給食

誕生会