

# 11月 献立表

フジオひまわり保育園

2019.11.1

アレルギー: ★卵・小麦・そば・乳・オクラ

					11月1日 (金)	11月2日 (土)
朝間食					牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 しょうゆせんべい しょうゆせんべい ほうじ茶 ほうじ茶	ほうじ茶 ほうじ茶 塩せんべい 塩せんべい
昼食					豚のしょうが焼き丼 ごはん 豚もも たまねぎ にんじん ふなしめじ しょうが(おろし汁) 砂糖 こいくちしょうゆ  キャベツとみかんの甘酢和え キャベツ みかん缶 穀物酢 三温糖 いりごま  吉野汁 だいこん にんじん ごぼう 青ネギ 木綿豆腐 かつおだし うすくちしょうゆ 片栗粉	カレーうどん ★うどん(ゆで)→ビーフン 豚もも たまねぎ 青ネギ かつおだし こいくちしょうゆ 本みりん カレールー  バナナ バナナ
昼間食					牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 りんごゼリー 粉寒天 りんごジュース(濃縮還元) 水 砂糖	ほうじ茶 ほうじ茶 しょうゆせんべい しょうゆせんべい

※材料の都合により献立を変更する場合がございます。※完了食のごはんは軟飯です。

※朝のおやつは0~2歳児のみ喫食します。

※★印はアレルギー物質を含む食材です。代替食を記載しておりますので、ご確認ください。

# 11月 献立表

フジオひまわり保育園

2019.11.1

アレルギー: ★卵・小麦・そば・乳・オクラ

	11月4日 (月)	11月5日 (火)	11月6日 (水)	11月7日 (木)	11月8日 (金)	11月9日 (土)
朝間食	振替休日	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 レーズン レーズン ほうじ茶 ほうじ茶	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 とうもろこしスナック とうもろこしスナック ほうじ茶 ほうじ茶	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 バナナ バナナ ほうじ茶 ほうじ茶	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 しょうゆせんべい しょうゆせんべい ほうじ茶 ほうじ茶	ほうじ茶 ほうじ茶 塩せんべい 塩せんべい
昼食		ごはん ごはん  さばの塩焼き さば 塩 清酒(普通)  切干し大根煮 切干しだいこん(乾) にんじん だいず(水煮) こいくちしょうゆ 本みりん かつおだし 砂糖  海苔のみそ汁 たまねぎ にんじん 焼きのり(きざみ海苔) 青ネギ 合わせ味噌 かつおだし	ごはん ごはん  豆腐のケチャップ煮 豚ばら 木綿豆腐 たまねぎ にんじん ピーマン トマトケチャップ にんにく しょうが 顆粒中華だし 片栗粉  粉ふき芋 じゃがいも あおさ 塩  なし 梨	きのこのカレーライス ごはん 牛もも たまねぎ にんじん じゃがいも ぶなしめじ まいたけ カレールウ  キャベツとコーンのサラダ キャベツ きゅうり コーン缶ホール マヨドレ  オレンジ オレンジ	ひじきチャーハン ごはん 豚ミンチ ひじき にんじん ピーマン 砂糖 こいくちしょうゆ  ブロッコリーとささみのサラダ ブロッコリー にんじん 鶏ささ身 こいくちしょうゆ 砂糖 いりごま  コンソメスープ たまねぎ にんじん じゃがいも 洋風だし	肉うどん ★うどん(ゆで)→ビーフン 豚もも たまねぎ 青ネギ かつおだし こいくちしょうゆ 本みりん  バナナ バナナ
昼間食		牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 米粉の黒ごまパンケーキ 米粉のホットケーキミックス 調整豆乳 なたね油 いりごま	ほうじ茶 ほうじ茶 納豆おにぎり 精白米 挽きわり納豆 こいくちしょうゆ 焼きのり(きざみ海苔)	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 フルーツポンチ りんご バナナ グリーンキウイフルーツ みかん缶 パインアップル缶	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 みかんゼリー 粉寒天 水 砂糖 みかん缶	ほうじ茶 ほうじ茶 しょうゆせんべい しょうゆせんべい

# 11月 献立表

フジオひまわり保育園

2019.11.1

アレルギー: ★卵・小麦・そば・乳・オクラ

	11月11日 (月)	11月12日 (火)	11月13日 (水)	11月14日 (木)	11月15日 (金)	11月16日 (土)
朝間食	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 塩せんべい 塩せんべい ほうじ茶 ほうじ茶	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 レーズン レーズン ほうじ茶 ほうじ茶	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 とうもろこしスナック とうもろこしスナック ほうじ茶 ほうじ茶	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 バナナ バナナ ほうじ茶 ほうじ茶	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 しょうゆせんべい しょうゆせんべい ほうじ茶 ほうじ茶	ほうじ茶 ほうじ茶 塩せんべい 塩せんべい
昼食	ごはん ごはん  鶏の味噌マヨ焼き 鶏もも 合わせ味噌 マヨドレ 清酒(普通)  さつま芋のレモン煮 さつまいも レモン(果汁) 砂糖  たまねぎのすまし汁 たまねぎ にんじん 青ネギ かつおだし うすくちしょうゆ	ゆかりごはん ごはん ゆかり  豆腐のまさご揚げ 木綿豆腐 鶏ミンチ にんじん ひじき 生しいたけ 片栗粉 青ネギ しょうが こいくちしょうゆ なたね油  キャベツとちりめんの酢の物 キャベツ にんじん きゅうり ちりめんじゃこ 穀物酢 砂糖 いりごま  えのきのみそ汁 たまねぎ にんじん えのきたけ かつおだし 合わせ味噌	ごはん ごはん  サケときのこのシチュー さけ たまねぎ にんじん じゃがいも ぶなしめじ コーン缶ホール シチュールウ  ブロッコリーのごま和え ブロッコリー にんじん 焼き竹輪 砂糖 こいくちしょうゆ いりごま  柿 甘かき	ごはん ごはん  高野豆腐の煮物 鶏ミンチ 高野豆腐 たまねぎ にんじん 干しいたけ 青ネギ 砂糖 こいくちしょうゆ 本みりん かつおだし  じゃがいものみそ汁 たまねぎ にんじん じゃがいも 青ネギ 合わせ味噌 かつおだし  りんご りんご	豚のしょうが焼き丼 ごはん 豚もも たまねぎ にんじん ぶなしめじ しょうが(おろし汁) 砂糖 こいくちしょうゆ  キャベツとみかんの甘酢和え キャベツ みかん缶 穀物酢 三温糖 いりごま  吉野汁 だいこん にんじん ごぼう 青ネギ 木綿豆腐 かつおだし うすくちしょうゆ 片栗粉	カレーうどん ★うどん(ゆで)→ビーフン 豚もも たまねぎ 青ネギ かつおだし こいくちしょうゆ 本みりん カレールウ  バナナ バナナ
昼間食	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 米粉のにんじんパンケーキ 米粉のホットケーキミックス 調整豆乳 なたね油 にんじん メープルシロップ	ほうじ茶 ほうじ茶 豆乳もち 調整豆乳 片栗粉 砂糖 きな粉	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 ごぼうチップス ごぼう 片栗粉 なたね油 塩	ほうじ茶 ほうじ茶 わかめおにぎり ごはん 混ぜ込みわかめ	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 ぶどうゼリー 粉寒天 ぶどうジュース(濃縮還元) 水 砂糖	ほうじ茶 ほうじ茶 しょうゆせんべい しょうゆせんべい

# 11月 献立表

フジオひまわり保育園

2019.11.1

アレルギー: ★卵・小麦・そば・乳・オクラ

	11月18日 (月)	11月19日 (火)	11月20日 (水)	11月21日 (木)	11月22日 (金)	11月23日 (土)
朝間食	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 塩せんべい 塩せんべい ほうじ茶 ほうじ茶	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 レーズン レーズン ほうじ茶 ほうじ茶	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 とうもろこしスナック とうもろこしスナック ほうじ茶 ほうじ茶	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 バナナ バナナ ほうじ茶 ほうじ茶	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 しょうゆせんべい しょうゆせんべい ほうじ茶 ほうじ茶	勤労感謝の日
昼食	ごはん ごはん  さばの塩焼き さば 塩 清酒(普通)  切干し大根煮 切干しだいこん(乾) にんじん だいず(水煮) こいくちしょうゆ 本みりん かつおだし 砂糖  海苔のみそ汁 たまねぎ にんじん 焼きのり(きざみ海苔) 青ネギ 合わせ味噌 かつおだし	ごはん ごはん  肉じゃが 牛もも じゃがいも たまねぎ にんじん 糸こんにゃく 厚揚げ グリーンピース(冷凍) かつおだし こいくちしょうゆ 三温糖 本みりん  いんげんのみそ和え いんげん にんじん いりごま 砂糖 合わせ味噌 こいくちしょうゆ  わかめのすまし汁 カットわかめ にんじん えのきたけ かつおだし うすくちしょうゆ	ごはん ごはん  豆腐のケチャップ煮 豚ばら 木綿豆腐 たまねぎ にんじん ピーマン トマトケチャップ にんにく しょうが 顆粒中華だし 片栗粉  粉ふき芋 じゃがいも あおさ 塩  なし 梨	ひじきチャーハン ごはん 豚ミンチ ひじき にんじん ピーマン 砂糖 こいくちしょうゆ  ブロッコリーとささみのサラダ ブロッコリー にんじん 鶏ささ身 こいくちしょうゆ 砂糖 いりごま  コンソメスープ たまねぎ にんじん じゃがいも 洋風だし	さつまいもカレーライス ごはん 鶏もも たまねぎ にんじん さつまいも カレールウ  キャベツとコーンのサラダ キャベツ きゅうり コーン缶ホール マヨドレ  オレンジ きよみオレンジ	
昼間食	ほうじ茶 ほうじ茶 コーンおにぎり ごはん 冷凍コーンホール 塩	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 おからドーナツ おから 米粉のホットケーキミックス 調整豆乳 なたね油 砂糖 きな粉	ほうじ茶 ほうじ茶 キノコごはんおにぎり ごはん 鶏もも ぶなしめじ えのきたけ まいたけ しいたけ しょうゆ 本みりん	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 スイートポテト さつまいも 砂糖 調整豆乳 いりごま	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 フルーツポンチ りんご バナナ グリーンキウイフルーツ みかん缶 パインアップル缶	

# 11月 献立表

フジオひまわり保育園

2019.11.1

アレルギー: ★卵・小麦・そば・乳・オクラ

	11月25日 (月)	11月26日 (火)	11月27日 (水)	11月28日 (木)	11月29日 (金)	11月30日 (土)
朝間食	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 塩せんべい 塩せんべい ほうじ茶 ほうじ茶	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 レーズン レーズン ほうじ茶 ほうじ茶	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 とうもろこしスナック とうもろこしスナック ほうじ茶 ほうじ茶	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 バナナ バナナ ほうじ茶 ほうじ茶	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 しょうゆせんべい しょうゆせんべい ほうじ茶 ほうじ茶	ほうじ茶 ほうじ茶 塩せんべい 塩せんべい
昼食	ごはん ごはん  鶏の味噌マヨ焼き 鶏もも 合わせ味噌 マヨドレ 清酒(普通)  さつま芋のレモン煮 さつまいも レモン(果汁) 砂糖  たまねぎのすまし汁 たまねぎ にんじん 青ネギ かつおだし うすくちしょうゆ	ゆかりごはん ごはん ゆかり  豆腐のまさご揚げ 木綿豆腐 鶏ミンチ にんじん ひじき 生しいたけ 片栗粉 青ネギ しょうが こいくちしょうゆ なたね油  キャベツとちりめんの酢の物 キャベツ にんじん きゅうり ちりめんじゃこ 穀物酢 砂糖 いりごま  えのきのみそ汁 たまねぎ にんじん えのきたけ かつおだし 合わせ味噌	ごはん ごはん  サケときのこのシチュー さけ たまねぎ にんじん じゃがいも ぶなしめじ コーン缶ホール シチュールウ  ブロッコリーのごま和え ブロッコリー にんじん 焼き竹輪 砂糖 こいくちしょうゆ いりごま  柿 甘かき	ごはん ごはん  高野豆腐の煮物 鶏ミンチ 高野豆腐 たまねぎ にんじん 干しいたけ 青ネギ 砂糖 こいくちしょうゆ 本みりん かつおだし  じゃがいものみそ汁 たまねぎ にんじん じゃがいも 青ネギ 合わせ味噌 かつおだし  りんご りんご	ツナコーンピラフ ごはん まぐろ油漬缶 たまねぎ にんじん ピーマン コーン缶ホール 顆粒洋風だし  鶏のから揚げ 鶏もも にんにく しょうが こいくちしょうゆ 清酒(普通) ごま油 片栗粉 なたね油  ミネストローネ 鶏むね たまねぎ にんじん キャベツ だいず(水煮) ホールトマト(食塩無添加) 洋風だし 砂糖	肉うどん ★うどん(ゆで)→ビーフン 豚もも たまねぎ 青ネギ かつおだし こいくちしょうゆ 本みりん  バナナ バナナ
昼間食	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 米粉のにんじんパンケーキ 米粉のホットケーキミックス 調整豆乳 なたね油 にんじん メープルシロップ	ほうじ茶 ほうじ茶 豆乳もち 調整豆乳 片栗粉 砂糖 きな粉	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 ごぼうチップス ごぼう 片栗粉 なたね油 塩	ほうじ茶 ほうじ茶 カレーおにぎり ごはん 鶏ミンチ たまねぎ にんじん ピーマン カレールウ トマトケチャップ	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 オレンジゼリー 粉寒天 オレンジジュース(濃縮還元) 水 砂糖	ほうじ茶 ほうじ茶 しょうゆせんべい しょうゆせんべい