

# 11月献立表

フジオひまわり保育園

アレルギー：★えび・かに・卵・そば・落花生・キウイフルーツ

	令和3年11月1日 (月)	令和3年11月2日 (火)	令和3年11月3日 (水)	令和3年11月4日 (木)	令和3年11月5日 (金)	令和3年11月6日 (土)
朝 間 食	牛乳 普通牛乳 ギンビスアスバラガス ギンビスアスバラガス	牛乳 普通牛乳 レーズン レーズン		牛乳 普通牛乳 バナナ バナナ	牛乳 普通牛乳 たべっこベイビー たべっこベイビー	ほうじ茶 ほうじ茶 ギンビスアスバラガス ギンビスアスバラガス
昼 食	ごはん 精白米 タンドリーチキン 鶏もも おろしにんにく たまねぎ 食塩 こいくちしょうゆ カレー粉 豆乳ヨーグルト トマトケチャップ 春雨サラダ 緑豆はるさめ(乾) きゅうり にんじん カットわかめ 穀物酢 砂糖 食塩 コンソメスープ キャベツ たまねぎ にんじん 顆粒洋風だし 食塩 パセリ粉	ごはん 精白米 鮭のコーンマヨ焼き べにざけ 食塩 クリームコーン缶 マヨドレ ひじきと高野豆腐の煮物 ほしひじき(乾) 高野豆腐 鶏ミンチ にんじん いんげん かつおだし こいくちしょうゆ 砂糖 本みりん 食塩 小松菜のみそ汁 こまつな たまねぎ にんじん かつおだし 米みそ		生姜焼き丼 精白米 豚もも たまねぎ 料理酒 こいくちしょうゆ 本みりん 砂糖 しょうが キャベツの磯辺和え キャベツ にんじん えのきたけ 焼きのり(きざみ海苔) こいくちしょうゆ 本みりん さつまいものみそ汁 さつまいも たまねぎ にんじん 青ネギ かつおだし 米みそ	ごはん 精白米 カレイのレモンソースがけ かれい 食塩 片栗粉 サラダ油 レモン(果汁) こいくちしょうゆ 砂糖 ほうれんそうのナムル ほうれんそう にんじん ぶなしめじ 顆粒中華だし ごま油 中華スープ(もやし) もやし にら にんじん たまねぎ 顆粒中華だし 食塩 いりごま	鮭フレークおにぎり 精白米 べにざけ(焼き) いりごま 豚汁 豚もも たまねぎ にんじん 木綿豆腐 かつおだし 米みそ バナナ バナナ
昼 間 食	牛乳(午後) 普通牛乳 芋けんぴ さつまいも サラダ油 砂糖 水	牛乳(午後) 普通牛乳 バナナパンケーキ ホットケーキミックス 砂糖 調整豆乳 サラダ油 バナナ		牛乳(午後) 普通牛乳 ココアスコーン ホットケーキミックス 木綿豆腐 ケーキシロップ 豆乳ホイップ ビュアココア	ほうじ茶 ほうじ茶 五平餅 精白米 米みそ 砂糖 本みりん いりごま	ほうじ茶 ほうじ茶 たべっこベイビー たべっこベイビー

# 11月献立表

フジオひまわり保育園

アレルギー：★えび・かに・卵・そば・落花生・キウイフルーツ

	令和3年11月8日 (月)	令和3年11月9日 (火)	令和3年11月10日 (水)	令和3年11月11日 (木)	令和3年11月12日 (金)	令和3年11月13日 (土)
朝 間 食	牛乳 普通牛乳 ギンビスアスパラガス ギンビスアスパラガス	牛乳 普通牛乳 レーズン レーズン	牛乳 普通牛乳 玄米フレーク 玄米フレーク	牛乳 普通牛乳 バナナ バナナ	牛乳 普通牛乳 たべっこベイビー たべっこベイビー	ほうじ茶 ほうじ茶 ギンビスアスパラガス ギンビスアスパラガス
昼 食	ごはん 精白米 キャベツと豚肉の味噌炒め 豚もも キャベツ 赤ピーマン 青ネギ たまねぎ にんじん おろしにんにく おろししょうが サラダ油 米みそ 料理酒 こいくちしょうゆ 砂糖 きゅうりの塩昆布和え きゅうり にんじん 塩昆布 ごま油 わかめスープ たまねぎ カットわかめ スイートコーン 顆粒中華だし 食塩 いりごま	ごはん 精白米 具だくさんすき焼き風煮 豚もも 料理酒 木綿豆腐 糸こんにゃく たまねぎ にんじん はくさい 生しいたけ 青ネギ こいくちしょうゆ 砂糖 本みりん かつおだし 大根のゆかり和え だいこん にんじん ゆかり ひじきのみそ汁 ほしひじき(乾) たまねぎ 青ネギ かつおだし 米みそ	ごはん 精白米 鮭の西京焼き べにざけ 米みそ 本みりん 砂糖 小松菜の和風サラダ こまつな にんじん まぐろ油漬缶 かつお節 マヨドレ 食塩 こいくちしょうゆ えのきのすまし汁 えのきたけ たまねぎ にんじん 青ネギ かつおだし うすくちしょうゆ 本みりん 食塩	ごはん 精白米 鶏のから揚げ 鶏もも 料理酒 おろししょうが おろしにんにく こいくちしょうゆ ごま油 片栗粉 サラダ油 ブロッコリーサラダ(酢) ブロッコリー スイートコーン にんじん 穀物酢 サラダ油 食塩 砂糖 ポタージュスープ じゃがいも たまねぎ 調整豆乳 顆粒洋風だし 食塩 パセリ粉	ふりかけごはん(小) 精白米 べにざけ(焼き) ソース焼きそば 中華めん 豚もも キャベツ たまねぎ もやし にんじん ピーマン 食塩 中濃ソース あおさ かつお節 吉野汁 たまねぎ だいこん にんじん 木綿豆腐 カットわかめ 青ネギ かつおだし うすくちしょうゆ 本みりん 食塩 片栗粉	わかめおにぎり 精白米 混ぜ込みわかめ 豚汁 豚もも たまねぎ にんじん 木綿豆腐 かつおだし 米みそ バナナ バナナ
昼 間 食	ほうじ茶 ほうじ茶 どら焼き ホットケーキミックス ケーキシロップ 調整豆乳 サラダ油 こしあん	牛乳(午後) 普通牛乳 アメリカンドック ウインナーソーセージ ホットケーキミックス 調整豆乳 サラダ油	牛乳(午後) 普通牛乳 ポップコーン ポップコーン サラダ油 食塩 あおさ	牛乳(午後) 普通牛乳 シリアルバー マシュマロ 玄米フレーク レーズン サラダ油	ほうじ茶 ほうじ茶 きのこごはんおにぎり 精白米 えのきたけ ぶなしめじ 生しいたけ こいくちしょうゆ 本みりん かつおだし 食塩	ほうじ茶 ほうじ茶 たべっこベイビー たべっこベイビー

# 11月献立表

フジオひまわり保育園

アレルギー：★えび・かに・卵・そば・落花生・キウイフルーツ

	令和3年11月15日 (月)	令和3年11月16日 (火)	令和3年11月17日 (水)	令和3年11月18日 (木)	令和3年11月19日 (金)	令和3年11月20日 (土)
朝食	牛乳 普通牛乳 ギンビスアスパラガス ギンビスアスパラガス	牛乳 普通牛乳 レーズン レーズン	牛乳 普通牛乳 玄米フレーク 玄米フレーク	牛乳 普通牛乳 バナナ バナナ	牛乳 普通牛乳 たべっこベイビー たべっこベイビー	ほうじ茶 ほうじ茶 ギンビスアスパラガス ギンビスアスパラガス
昼食	ごはん 精白米 鶏のキャロット焼き 鶏もも 料理酒 にんじん 本みりん マヨドレ 塩 ブロッコリーのオリーブサラダ ブロッコリー スイートコーン(ゆで) オリーブ油 食塩 砂糖 穀物酢 コンソメスープ(だいこん) だいこん たまねぎ にんじん 顆粒洋風だし 食塩 パセリ粉	ごはん 精白米 豆腐入り松風焼き 鶏ミンチ 豚ミンチ 木綿豆腐 たまねぎ 根深ねぎ 米みそ 砂糖 こいくちしょうゆ 片栗粉 いりごま 三色和え物 こまつな にんじん 豆もやし 焼きのり(きざみ海苔) こいくちしょうゆ 本みりん しめじのすまし汁 ぶなしめじ たまねぎ にんじん 青ネギ かつおだし うすくちしょうゆ 本みりん 食塩	かぼちゃのカレーライス 精白米 和牛もも たまねぎ にんじん 日本かぼちゃ サラダ油 食塩 顆粒洋風だし トマトケチャップ こいくちしょうゆ おろしにんにく おろししょうが カレールー コールスローサラダ キャベツ にんじん きゅうり スイートコーン マヨドレ 食塩 りんご りんご	ごはん 精白米 鶏の野菜あんかけ さわら 食塩 かつおだし たまねぎ 赤ピーマン 黄ピーマン 生しいたけ うすくちしょうゆ 本みりん 食塩 おろししょうが 片栗粉 切干大根のおかかマヨ和え 切干大根 にんじん きゅうり かつお節 マヨドレ こいくちしょうゆ わかめのみそ汁 カットわかめ たまねぎ にんじん 青ネギ かつおだし 米みそ	牛肉の甘辛炒め丼 精白米 和牛もも(脂身なし) 料理酒 たまねぎ にんじん にら ピーマン 緑豆はるさめ(乾) こいくちしょうゆ 砂糖 おろししょうが おろしにんにく ごま油 ほうれんそうの中華和え ほうれんそう にんじん スイートコーン(ゆで) こいくちしょうゆ 穀物酢 ごま油 中華スープ(ギョウザの皮) ぎょうざの皮 カットわかめ たまねぎ 顆粒中華だし 食塩 いりごま	鮭フレークおにぎり 精白米 べにざけ(焼き) いりごま 豚汁 豚もも たまねぎ にんじん 木綿豆腐 かつおだし 米みそ バナナ バナナ
昼間食	牛乳(午後) 普通牛乳 抹茶ドーナツ ホットケーキミックス 絹ごし豆腐 砂糖 サラダ油 抹茶	ほうじ茶 ほうじ茶 ピラフおにぎり 精白米 ピーマン たまねぎ にんじん 鶏ミンチ 顆粒洋風だし	牛乳(午後) 普通牛乳 ぶどうゼリー ぶどうジュース(濃縮還元) 水 砂糖 粉寒天	牛乳(午後) 普通牛乳 スモア マシュマロ クラッカー(リッツ)	牛乳(午後) 普通牛乳 マカロニきな粉 マカロニ・スパゲッティ(乾) きな粉 砂糖 食塩	ほうじ茶 ほうじ茶 たべっこベイビー たべっこベイビー

# 11月献立表

フジオひまわり保育園

アレルギー：★えび・かに・卵・そば・落花生・キウイフルーツ

	令和3年11月22日 (月)	令和3年11月23日 (火)	令和3年11月24日 (水)	令和3年11月25日 (木)	令和3年11月26日 (金)	令和3年11月27日 (土)
朝 間 食	牛乳 普通牛乳 ギンビスアスパラガス ギンビスアスパラガス		牛乳 普通牛乳 玄米フレーク 玄米フレーク	牛乳 普通牛乳 バナナ バナナ	牛乳 普通牛乳 たべっこベイビー たべっこベイビー	ほうじ茶 ほうじ茶 ギンビスアスパラガス ギンビスアスパラガス
昼 食	炊き込みご飯 精白米 鶏ミンチ にんじん 油揚げ ほしひじき(乾) かつおだし 砂糖 食塩 こいくちしょうゆ 料理酒 ほうとう風うどん 干しうどん(乾) 豚もも たまねぎ はくさい 日本かぼちゃ 青ネギ かつおだし 米みそ こいくちしょうゆ わかめときゅうりの酢の物 きゅうり カットわかめ かに風かまぼこ 砂糖 穀物酢 食塩		ごはん 精白米 鯖の味噌煮 まさば しょうが 水 砂糖 本みりん 米みそ ほうれんそうのごま和え ほうれんそう にんじん いりごま こいくちしょうゆ 本みりん 大根のすまし汁 だいこん たまねぎ にんじん 青ネギ かつおだし うすくちしょうゆ 本みりん 食塩	ごはん 精白米 中華風野菜炒め 豚もも にんじん キャベツ たまねぎ 黄ピーマン にら 顆粒中華だし 食塩 こいくちしょうゆ もやしナムル もやし きゅうり 顆粒中華だし ごま油 中華スープ(豆腐) たまねぎ にんじん 木綿豆腐 青ネギ 顆粒中華だし 食塩 いりごま	ごはん 精白米 スコップコロッケ(さつまいも) さつまいも 豚ミンチ たまねぎ こいくちしょうゆ 砂糖 玄米フレーク 片栗粉 食塩 トマトケチャップ ブロッコリーサラダ ブロッコリー にんじん マヨドレ 食塩 チキン入りコーンスープ クリームコーン缶 たまねぎ 鶏もも 調整豆乳 顆粒洋風だし 食塩 パセリ粉	わかめおにぎり 精白米 混ぜ込みわかめ 豚汁 豚もも たまねぎ にんじん 木綿豆腐 かつおだし 米みそ バナナ バナナ
屋 間 食	ほうじ茶 ほうじ茶 チヂミ たまねぎ にんじん にら スイートコーン(ゆで) 水 薄力粉 顆粒中華だし こいくちしょうゆ いりごま ごま油		牛乳(午後) 普通牛乳 ジャムトースト フランスパン いちごジャム	牛乳(午後) 普通牛乳 二色クッキー ホットケーキミックス サラダ油 砂糖 調整豆乳 ビュアココア	ほうじ茶 ほうじ茶 フルーツヨーグルト 豆乳ヨーグルト 砂糖 みかん缶 パインアップル缶 りんご バナナ	ほうじ茶 ほうじ茶 たべっこベイビー たべっこベイビー

# 11月献立表

フジオひまわり保育園

アレルギー：★えび・かに・卵・そば・落花生・キウイフルーツ

	令和3年11月29日 (月)	令和3年11月30日 (火)	令和3年12月1日 (水)	令和3年12月2日 (木)	令和3年12月3日 (金)	令和3年12月4日 (土)
朝 間 食	牛乳 普通牛乳 ギンビスアスパラガス ギンビスアスパラガス	牛乳 普通牛乳 レーズン レーズン				
昼 食	ごはん 精白米 鶏肉のみそマヨ焼き 鶏もも 米みそ 食塩 マヨドレ かぼちゃの甘煮 日本かぼちゃ いんげん 砂糖 本みりん こいくちしょうゆ 食塩 けんちん汁 木綿豆腐 だいこん にんじん ごぼう 青ネギ かつおだし うすくちしょうゆ 本みりん 食塩	ガーリックトースト フランスパン オリーブ油 おろしにんにく 食塩 バセリ粉 ビーフシチュー 牛もも じゃがいも にんじん たまねぎ グリーンピース サラダ油 トマトケチャップ ウスターソース おろしにんにく 顆粒洋風だし 食塩 ハヤシルウ キャベツのさっぱり和え キャベツ にんじん きゅうり 穀物酢 こいくちしょうゆ 砂糖 食塩				
夜 間 食	牛乳(午後) 普通牛乳 ほうれんそうパンケーキ ホットケーキミックス 砂糖 調整豆乳 サラダ油 ほうれんそう ケーキンロップ	ほうじ茶 ほうじ茶 塩昆布おにぎり 精白米 塩昆布				