

平成30年度11月

こんだて

江陽こども園

| 日 | 曜 | 献立 | 離乳食献立 | 使用する主な食品名 | おやつ | |
|----|---|---------------------------------|-------------------------------|---|--------------|--------------|
| | | | | | 10時(未満児) | 3時(全児童) |
| 1 | 木 | チーズピカタ・ひじきのサラダ 味噌汁・果物 | 白がゆ・人参のサラダ 白菜スープ | ささみ・チーズ・卵・ひじき・レタス 胡瓜・コーン缶・ワカメ・もやし・人参 | お茶・お菓子 | お菓子 ヨーグルト |
| 2 | 金 | きのこのかまめし・おでん ゆで卵・漬物・果物 | 人参がゆ・野菜の五目あんかけ | しめじ・人参・筍・ちくわ・なると 蒟蒻・薩摩揚げ・大根・干し椎茸・卵 | お菓子 乳酸菌飲料 | 手作りおやつ |
| 3 | 土 | 文化の日 | | | | |
| 4 | 日 | | | | | |
| 5 | 月 | チャーハン・タイピーエン おひたし・果物 | 白がゆ・タイピーエン・果物 | 豚肉・人参・白菜・春雨・うずら卵 きくらげ・板かま・ブロッコリー | お菓子 乳酸菌飲料 | 手作りおやつ |
| 6 | 火 | 鱈フライ・人参ソース・味噌汁 千切りキャベツ・ミニトマト | 人参がゆ・味噌汁 鱈と野菜のあんかけ煮 | 鱈・小麦粉・パン粉・卵・キャベツ 人参・わかめ・豆腐・もやし | お茶・お菓子 | お菓子 乳酸菌飲料 |
| 7 | 水 | つくね汁・十六穀ご飯・ゆで卵 キャベツの和え物・果物 | 白がゆ・つくね汁・温野菜・果物 | 鶏ひき肉・玉葱・人参・しめじ・葱・卵 キャベツ・わかめ | お菓子 乳酸菌飲料 | 手作りおやつ |
| 8 | 木 | スパゲティナポリタン・スープ マッシュポテト・バナナ | トマト風味スープスパゲティ バナナ・マッシュポテト | 豚肉・人参・玉葱・パスタ・パセリ じゃが芋・卵・白菜 | お茶・お菓子 | お菓子 ヨーグルト |
| 9 | 金 | 酢豚・海藻サラダ 味噌汁・果物 | 人参がゆ・野菜の中華風煮込み 味噌汁 | 鶏肉・椎茸・人参・玉葱・パイン缶 もやし・わかめ・胡瓜・人参・コーン缶 | お菓子 乳酸菌飲料 | 手作りおやつ |
| 10 | 土 | 食パン・ビーフシチュー グリーンサラダ・果物 | パンがゆ・果物 貝たくさん野菜スープ | 牛肉・じゃが芋・人参・玉葱 ブロッコリー・胡瓜・レタス | お菓子 乳酸菌飲料 | お茶・お菓子 |
| 11 | 日 | | | | | |
| 12 | 月 | カレーライス・福神漬け・サラダ | 白がゆ 緑黄色野菜とマカロニのスープ | 豚肉・玉葱・人参・じゃが芋・ツナ缶 マカロニ・胡瓜・ハム・レタス | お菓子 乳酸菌飲料 | 手作りおやつ |
| 13 | 火 | 牛すき煮・味噌汁・果物 小松菜の和え物 | 白がゆ・味噌汁 五目野菜のすき煮 | 牛肉・焼き豆腐・糸こんに・人参 小松菜・わかめ・豆腐・大根 | お茶・お菓子 | お菓子 乳酸菌飲料 |
| 14 | 水 | 鮭のフリッター・千切りキャベツ 味噌汁・ミニトマト | 白がゆ・鮭の蒸し煮野菜がけ 味噌汁 | 鮭・小麦粉・キャベツ・わかめ・人参 豆腐・もやし・ミニトマト | お菓子 乳酸菌飲料 | 手作りおやつ |
| 15 | 木 | 豚汁・韓国風混ぜご飯・果物 ゆで卵・おひたし | 白がゆ・せんべい汁・果物 小松菜の煮ひたし | ひき肉・板かま・豚肉・人参・牛蒡 糸こんに・長葱・竹輪・たくあん・板麩 | お菓子 乳酸菌飲料 | お茶・お菓子 |
| 16 | 金 | 五目ラーメン・ゆで卵・バナナ | 五目うどん・バナナ | 中華麺・鶏肉・人参・メンマ・椎茸 なると・長葱・卵・昆布・煮干 | お茶・お菓子 | ケーキ ヨーグルト |
| 17 | 土 | 食パン・ワンタンスープ コロック・果物 | パンがゆ・ワンタンスープ マッシュポテト・果物 | ひき肉・キャベツ・人参・干椎茸 なると(冷)コロック | お菓子 乳酸菌飲料 | お茶・お菓子 |
| 18 | 日 | | | | | |
| 19 | 月 | から揚げ・千切りキャベツ ミニトマト・味噌汁 | 白がゆ・鶏と野菜の煮物 すまし汁 | 鶏肉・キャベツ・ミニトマト・小松菜 豆腐・わかめ・人参 | お菓子 乳酸菌飲料 | 手作りおやつ |
| 20 | 火 | チーズ納豆・鯖の竜田揚げ 味噌汁 | 納豆がゆ・野菜の五目あんかけ 味噌汁 | 納豆・チーズ・ほうれん草・卵・鯖 豆腐・小松菜・人参 | お茶・お菓子 | お菓子 乳酸菌飲料 |
| 21 | 水 | 大豆と手羽先の煮物・味噌汁 中華風サラダ・果物 | 白がゆ・大豆と野菜のスープ煮 いり卵 | 大豆・手羽先・長葱・生姜・わかめ 人参・胡瓜・もやし・豆腐・油揚げ | お菓子 乳酸菌飲料 | 手作りおやつ |
| 22 | 木 | 焼きそば・粉ふき芋 スープ・バナナ | 煮込みうどん・マッシュポテト スープ・バナナ | 豚肉・もやし・人参・キャベツ・卵 ピーマン・じゃが芋・はんぺん・葱 | お茶・お菓子 | お菓子 ヨーグルト |
| 23 | 金 | 勤労感謝の日 | | | お菓子 乳酸菌飲料 | 手作りおやつ |
| 24 | 土 | 食パン・海老団子のスープ かぼちゃコロック・果物 | パンがゆ・えび団子スープ 野菜のマッシュ・果物 | 食パン・海老団子・春雨・ワカメ・卵 (冷)かぼちゃコロック | お菓子 乳酸菌飲料 | お茶・お菓子 |
| 25 | 日 | | | | | |
| 26 | 月 | チキンカレー・サラダ・福神漬け | 白がゆ 緑黄色野菜とマカロニのスープ | 鶏肉・人参・玉ねぎ・じゃが芋 マカロニ・ハム・胡瓜 | お菓子 乳酸菌飲料 | 手作りおやつ |
| 27 | 火 | ホッケのとろとろ煮・味噌汁 ひじきのサラダ | 白がゆ・魚のとろとろ煮 ひじきのサラダ・味噌汁・果物 | ホッケ・小松菜・人参・もやし ひじき・ツナ缶・ワカメ・豆腐 | お茶・お菓子 | お菓子 乳酸菌飲料 |
| 28 | 水 | ビビンバ・酢の物・ニラ玉汁・果物 ミニトマト | 白がゆ・煮野菜の卵スープ 果物 | 豚肉・ホーレン草・もやし・人参・胡瓜 ぜんまい・蟹蒲鉾・ニラ・卵 | お菓子 乳酸菌飲料 | 手作りおやつ |
| 29 | 木 | 親子うどん・粉ふきいも バナナ | 煮込みうどん・マッシュポテト バナナ | うどん・鶏肉・玉葱・人参・薩摩揚げ 卵・葱・じゃが芋・パセリ | お茶・お菓子 | お菓子 ヨーグルト |
| 30 | 金 | 牛肉と南瓜のバター醤油炒め・果物 かに風味サラダ・味噌汁 | 白がゆ・南瓜煮・温野菜サラダ 味噌汁・果物 | 牛肉・南瓜・もやし・わかめ・胡瓜 人参・カニカマ・レタス・豆腐・大根 | お菓子 乳酸菌飲料 | 手作りおやつ |