

令和2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	日					
2	月	きのこの釜めし・おでん ゆで卵・おひたし・果物	人参がゆ・野菜の五目あんかけ	しめじ・人参・ちくわ・なると・蒟蒻 薩摩揚げ・大根・干し椎茸・卵	お菓子	手作りおやつ
3	火	文化の日				
4	水	焼きそば・マッシュポテト スープ・バナナ	煮込みうどん・マッシュポテト 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	お菓子	手作りおやつ
5	木	鯖のカレー風味煮・味噌汁 ポテトサラダ・果物	白がゆ・野菜のくたくた煮 豆腐汁・果物	鯖・わかめ・胡瓜・人参・じゃが芋 ハム・わかめ・豆腐・もやし	お菓子	お菓子
6	金	つみれ汁・おひたし・果物 野菜の五目煮	白がゆ・つみれ汁 温野菜・果物	つみれ・人参・椎茸・葱・小松菜・薩摩 揚 大根・角コン・豚肉	お菓子	手作りおやつ
7	土	食パン・グリーンサラダ チーズハンバーグ・スープ・果物	パンがゆ・温野菜サラダ・果物 煮込みスープ	ブロッコリー・胡瓜・レタス・もやし (冷)ハンバーグ・玉葱・わかめ・卵	お菓子	お菓子
8	日					
9	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	手作りおやつ
10	火	魚と根菜のうま煮・味噌汁 中華風サラダ・果物	人参がゆ・根菜のうま煮 温野菜・味噌汁・果物	白身魚・人参・牛蒡・大根・いんげん ハム・ワカメ・胡瓜・春雨	お菓子	お菓子
11	水	親子うどん・マヨバーグ バナナ	煮込みうどん・マヨバーグ バナナ	うどん・玉葱・人参・薩摩揚げ・卵 バナナ	お菓子	手作りおやつ
12	木	さつま汁・十六穀ご飯 おひたし・果物	白がゆ・野菜の五目味噌煮込み 果物	豚肉・牛蒡・人参・葱・豆腐・さつま芋 ほうれん草・ツナ缶・卵	お菓子	お菓子
13	金	から揚げ・千切りキャベツ 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	ケーキ ヨーグルト
14	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 貝だくさん野菜スープ	牛肉・じゃが芋・人参・玉葱 ブロッコリー・胡瓜・レタス	お菓子	お菓子
15	日					
16	月	牛肉と南瓜の醤油炒め・味噌汁 切干大根の煮物・果物	白がゆ・南瓜煮・温野菜サラダ 味噌汁・果物	牛肉・南瓜・切干大根・さつま揚げ 人参・糸コン・小松菜・豆腐・わかめ	お菓子	手作りおやつ
17	火	魚のマヨネーズ焼・海草サラダ 味噌汁・果物	野菜がゆ・温野菜・すまし汁	魚・コーン缶・わかめ・胡瓜・人参 胡麻・小松菜・豆腐	お菓子	お菓子
18	水	スパゲティミートソース ミモザサラダ・スープ・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	ひき肉・玉葱・ブロッコリー・蟹かま 卵・白菜・人参・わかめ・もやし	お菓子	手作りおやつ
19	木	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・わかめ	お菓子	お菓子
20	金	茶飯・筑前煮・おひたし 味噌汁・果物	白がゆ・五目野菜味噌煮込み 果物	蒟蒻・人参・鶏肉・牛蒡・里芋 わかめ・豆腐	お菓子	手作りおやつ
21	土	食パン・ポトフ スパゲティサラダ・果物	パンがゆ 貝だくさん野菜スープ	シャウエッセン・人参・玉葱・じゃが芋 パスタ・胡瓜・ハム	お菓子	お菓子
22	日					
23	月	勤労感謝の日				
24	火	ちゃんぽんめん・コロック バナナ	煮込みうどん・マッシュポテト バナナ	中華麺・卵・もやし・人参・玉葱 板かま・じゃが芋	お菓子	お菓子
25	水	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	手作りおやつ
26	木	鱈フライ・人参ソース・味噌汁 千切りキャベツ・トマト	人参がゆ・味噌汁・果物 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	お菓子	お菓子
27	金	ウィンナーとチンゲンのマヨ炒め 和風サラダ・味噌汁・果物	青菜がゆ・野菜のマヨ炒め 味噌汁	ウィンナー・チンゲン菜・枝豆・ハム もやし・胡瓜・わかめ・豆腐・大根	お菓子	手作りおやつ
28	土	食パン・クリームシチュー グリーンサラダ・果物	パンがゆ・野菜のクリーム煮 果物	豚肉・じゃが芋・人参・玉葱・胡瓜 ブロッコリー・胡瓜・レタス	お菓子	お菓子
29	日					
30	月	豆腐の胡麻あんかけ・味噌汁 人参とツナのサラダ・果物	白がゆ・豆腐の胡麻あんかけ 野菜の煮物・味噌汁	豆腐・ひき肉・すりごま・干し椎茸 ツナ缶・人参・油揚げ・わかめ・大根	お菓子	手作りおやつ