

# 11月度の献立表

日付	献立	主な材料名
1日(水)	鶏肉の照り焼き じゃが芋とさつま揚げの煮物 小松菜の磯和え 味噌汁	鶏もも肉 キャベツ じゃが芋 さつま揚げ 小松菜 人参 刻みのり 豆腐 青ねぎ
2日(木)	ひき肉ガーリックチャーハン イカ&じゃが芋唐揚げ 和風ポトフ	牛ミンチ 豚ミンチ 玉ねぎ 人参 (冷)コーン パター にんにく ロールイカ じゃが芋 小麦粉 ベーコン 大根 玉ねぎ 人参
3日(金)	ロースカツ丼 漬物 けんちん汁	豚ロースカツ肉 小麦粉 卵 パン粉 玉ねぎ 卵 青ねぎ 黄たくあん 大根 さつま芋 人参 つきこんにやく(国) 煮込みちくわ うす揚げ 青ねぎ
4日(土)	エビピラフ ポテトチーズ焼 豚肉と白菜のスープ	むきえび 玉ねぎ 人参 (冷)グリーンピース パター じゃが芋 玉ねぎ 人参 ミックスチーズ 豚バラスライス 白菜 小松菜
6日(月)	ポークチャップ 含め煮 スパゲティサラダ すまし汁	豚肉 玉ねぎ 本しめじ えのき茸 キャベツ 南瓜 高野豆腐 人参 スパゲティ 人参 (冷)グリーンピース 卵 花麩 青ねぎ
7日(火)	けんちん風うどん 南瓜とれんこんのごま天 ゆかりおにぎり	細うどん 鶏もも肉 大根 人参 うす揚げ つきこんにやく(国) 青ねぎ 出し昆布 南瓜 (冷)れんこん 卵 黒ごま 小麦粉 ゆかり
8日(水)	ピピンパ ちくわの磯辺揚げ わかめスープ キムチ	牛ミンチ 豚ミンチ ぜんまい ほうれん草 人参 大根 胡瓜 豆もやし 卵 煮込みちくわ 小麦粉 卵 青のり粉 わかめ(国) 白ごま 出し昆布 キムチ
9日(木)	ヤンニョンチキン じゃが芋の唐揚げ ひじきとツナのサラダ かき玉味噌汁	鶏もも肉 土生姜 にんにく 白ごま キャベツ じゃが芋 小麦粉 ひじき ツナフレーク 大根 胡瓜 人参 卵 青ねぎ
10日(金)	白身魚の磯辺揚げ 厚揚げ煮 チンゲン菜のポン酢和え すまし汁	骨なしホキ 青のり粉 小麦粉 卵 キャベツ 厚揚げ 板こんにやく(国) 人参 チンゲン菜 人参 そうめん みつ葉
11日(土)	網揚げ麻婆丼 茹で豚のごまドレ和え 味噌汁	網揚げ 豚ミンチ 玉ねぎ 青ねぎ 片栗粉 豚肉 キャベツ 人参 貝割れ大根 太もやし わかめ(国)
13日(月)	ユウリンチー 小松菜のナムル れんこんの磯香炒め 味噌汁	鶏もも肉 玉ねぎ 土生姜 にんにく キャベツ 小松菜 太もやし 白ごま 金平れんこん 人参 青のり粉 豆腐 青ねぎ
14日(火)	豚じゃが チンゲン菜とかまぼこの塩炒め 白菜とじゃこのサラダ 味噌汁	豚肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 糸こんにやく(国) (冷)グリーンピース チンゲン菜 色板かまぼこ 白菜 ちりめんじゃこ 胡瓜 えのき茸 うす揚げ
15日(水)	キムチロールカツ 三色ナムル フライビーンズ 味噌汁	豚ロース薄切り キムチ 小麦粉 卵 パン粉 キャベツ 太もやし チンゲン菜 人参 白ごま 水煮大豆 白ごま 大根 青ねぎ
16日(木)	カレーライス ミモザサラダ	豚肉 人参 じゃが芋 玉ねぎ パーモントカレールウ ジャワカレールウ インドカレールウ キャベツ 胡瓜 卵 人参
17日(金)	白身魚の唐揚げ 和風スパゲティソテー わかめの酢の物 味噌汁	骨なしホキ 小麦粉 片栗粉 卵 キャベツ レモン スパゲティ 本しめじ ちりめんじゃこ わかめ(国) 胡瓜 人参 ちくわ じゃが芋 青ねぎ
18日(土)	チキンカツ 南瓜サラダ こんにやくの甘辛煮 味噌汁	鶏むね肉 小麦粉 卵 キャベツ パン粉 南瓜 胡瓜 卵 人参 つきこんにやく(国) パプリカ(赤) 白ごま 玉ねぎ うす揚げ
20日(月)	鶏肉のオイスターソース炒め コロコロポテトサラダ キャベツのちりめん和え かき玉汁	鶏もも肉 水蒸たけのこ 人参 ピーマン パプリカ(黄) じゃが芋 人参 (冷)グリーンピース 卵 キャベツ ちりめんじゃこ 卵 青ねぎ
21日(火)	タン麺 じゃこチャーハン	中華そば 豚バラスライス キャベツ 玉ねぎ なら 太もやし 人参 きくらげ ちりめんじゃこ 玉ねぎ 青ねぎ 人参 卵 白ごま
22日(水)	煮込みハンバーグデミソース風 マカロニサラダ もやしと小松菜のごま和え 味噌汁	牛ミンチ 豚ミンチ 玉ねぎ 卵 パン粉 玉ねぎ マッシュルーム缶 ビーフシチュールウ マカロニ 人参 胡瓜 卵 太もやし 小松菜 白ごま おつゆ麩 わかめ(国)
24日(金)	二色鶏天 切り干し大根と大豆の炒り煮 チンゲン菜のおかか和え 味噌汁	鶏もも肉 青のり粉 黒ごま 小麦粉 卵 キャベツ 切り干し大根 人参 うす揚げ 水煮大豆 チンゲン菜 花かつお そうめん 青ねぎ
27日(月)	十六穀米 鯖の塩焼 高野豆腐のそぼろとじ 大根なます 味噌汁 キムチ	骨なし鯖 大葉 高野豆腐 鶏ももミンチ (冷)グリーンピース 卵 大根 人参 わかめ(国) うす揚げ キムチ
28日(火)	カレーチャーハン 野菜と鶏肉のナムル 春雨スープ	豚ミンチ 玉ねぎ 人参 (冷)グリーンピース 卵 カレー粉 鶏むね肉 キャベツ 胡瓜 パプリカ(赤) 白ごま 春雨 白菜 人参 青ねぎ
29日(水)	キムチチゲ れんこんはさみフライ	豚肉 白菜 玉ねぎ なら 大根 えのき茸 豆腐 白菜キムチ 金平れんこん 鶏ももミンチ 玉ねぎ 土生姜 卵 小麦粉 卵 パン粉 白ごま
30日(木)	あんかけ鶏卵うどん 炊き込みごはん 漬物	細うどん 卵 鶏もも肉 青ねぎ 出し昆布 土生姜 片栗粉 本しめじ 人参 ごぼう(国) うす揚げ 黄たくあん

都合により献立が変更になる場合があります。

## こども園

25日(土) お好み焼き 白菜のごま酢和え 味噌汁

キャベツ 豚ミンチ むきえび 青ねぎ 天かす お好み焼き粉 卵 青のり粉  
花かつお 白菜 色板かまぼこ 胡瓜 小松菜 わかめ(国)