



平成29年度

11がつこんだてひょう



綾東こども園

日(曜日)	きゅうしょく	体をつくる	エネルギー	調子を整える	おやつ	ざいりょう
1(水)	すきやきふうじ カミカミサラダ りんご	ハム 牛肉	砂糖 油 糸こんにゃく	人参 玉ねぎ ごぼう 人参 きゅうり	シュガートースト ぎゅうにゅう	食パン マーガリン グラニュー糖 牛乳
2(木)	シーチキンのおとしあげ ちぐさあえ みそしる	シーチキン 卵 豆腐 みそ	油 天ぷら粉	玉ねぎ グリーンピース 人参 きゃべつ ほうれん草 ねぎ	おかし ゼリー ぎゅうにゅう	おかし ゼリー 牛乳
6(月)	みそチキンカツ もやしサラダ すましじる	鶏肉 卵 ハム 豆腐	小麦粉 油	もやし 人参 きゅうり コーン えのき チンゲン菜	きなこマカロニ ぎゅうにゅう	マカロニ きなこ 砂糖 塩 牛乳
7(火)	さけのしおやき かぼちゃのそぼろに みそしる	さけ 豆腐 みそ 油揚げ ひき肉	片栗粉 油 砂糖 かぼちゃ	人参 玉ねぎ 大根 ねぎ	チキンナゲット ぎゅうにゅう	チキンナゲット 牛乳
8(水)	おべんどうのひ				さつまいもパイ ぎゅうにゅう	さつまいもパイ バター 砂糖 ぎょうざの皮 牛乳
9(木)	きつねうどん ちくわのいそべあげ バナナ	油揚げ かまぼこ ちくわ	うどん 油 天ぷら粉	玉ねぎ ねぎ バナナ	おこのみやき おちゃ	お好み焼粉 卵 きゃべつ もやし ウインナー ソース
10(金)	にくだんごのカレーに わふうサラダ チーズ	鶏ひき肉 卵 ハム チーズ	砂糖 油 パン粉	人参 ピーマン パプリカ 玉ねぎ レタス コーン きゅうり	せんべい かき ぎゅうにゅう	せんべい かき 牛乳
13(月)	からあげ ポテトサラダ はるさめスープ	鶏肉 卵 みそ 豆腐 ハム	小麦粉 油 片栗粉 砂糖 じゃがいも 春雨	きゅうり コーン もやし 玉ねぎ 人参	プリン ぎゅうにゅう	プリン 牛乳
14(火)	スパクリームに はくさいのごまあえ みかん	鶏肉	スパゲティ 砂糖	人参 グリーンピース コーン マッシュルーム 玉ねぎ きゅうり 白菜 みかん	はちみつパン ぎゅうにゅう	食パン マーガリン はちみつ 牛乳
15(水)	さばのにつけ こんさいサラダ みそしる	鯖 ベーコン はんぺん 豆腐	砂糖 マヨネーズ ごま	れんこん ごぼう 人参 きゅうり 玉ねぎ ねぎ なめこ	にんじんホットケーキ ぎゅうにゅう	人参 卵 牛乳 ホットケーキ粉 牛乳
16(木)	マーボー豆腐 じゃがいものちゅうかいため りんご	豚ひき肉 豆腐 みそ	砂糖 片栗粉 油 じゃがいも	ねぎ 玉ねぎ 人参 ピーマン りんご	きなこしらたま ぎゅうにゅう	白玉粉 豆腐 きなこ 砂糖 牛乳
17(金)	ひじきいりあげつくね うめサラダ スープ	鶏ひき肉 ひじき ベーコン	油 砂糖	玉ねぎ しょうが きゅうり 切り干し大根 人参 キャベツ カリカリ梅 えのき ねぎ	おかし バナナ ぎゅうにゅう	おかし バナナ 牛乳
20(月)	カレーライス(チキン) ちゅうかふうサラダ チーズ	鶏肉 ハム チーズ	油 じゃがいも 砂糖 春雨	玉ねぎ グリーンピース 人参 きゅうり コーン	むしパン ぎゅうにゅう	むしパンミックス 牛乳 チョコチップ
21(火)	ミートローフ フレンチサラダ たまごスープ	合ひき肉 ハム 卵	砂糖 ドレッシング パン粉	玉ねぎ ねぎ キャベツ 人参 きゅうり	おかし みかん ぎゅうにゅう	おかし みかん 牛乳
22(水)	ししゃものでんぶら きりぼしだいこんのもの すましじる	ししゃも ツナ缶 かまぼこ 豆腐	天ぷら粉 油 砂糖	切り干し大根 人参 いんげん チンゲン菜 玉ねぎ えのき	ラスク ぎゅうにゅう	ソフトフランスパン マーガリン 砂糖 牛乳
24(金)	おたんじょうかい ビーフシチュー マカロニサラダ スープ ブロッコリー プチトマト	牛肉 鶏肉 ハム	じゃがいも 油	人参 玉ねぎ きゅうり コーン しめじ えのき もやし ブロッコリー プチトマト	ケーキ 牛乳	ケーキ 牛乳
27(月)	かきあげ ごまずあえ すましじる	ウインナー みそ 豆腐 かまぼこ	油 天ぷら粉 かぼちゃ	人参 玉ねぎ ほうれん草 きゃべつ 小松菜 しめじ えのき	せんべい りんご やさいジュース	せんべい りんご 野菜ジュース
28(火)	しろみさかなのこうみあげ だいこんサラダ みそしる	白身魚 ハム 豆腐	ドレッシング さつまいも	大根 人参 きゅうり 玉ねぎ ねぎ えのき しめじ	だいがくいも ぎゅうにゅう	さつまいも 水あめ ざらめ 牛乳
29(水)	おでんふうじのもの パンパンジー みかん	鶏肉 うずらの卵 かまぼこ はんぺん 焼き豆腐 ささみ	砂糖 ごま油	大根 人参 きゅうり もやし みかん	ピザトースト ぎゅうにゅう	食パン チーズ ピザソース ベーコン コーン 牛乳
30(木)	チンジャオオロス コールスローサラダ わかめスープ	牛肉 ハム ベーコン わかめ	ごま 砂糖 マヨネーズ	玉ねぎ 人参 ピーマン きゅうり コーン キャベツ	フライドポテト ぎゅうにゅう	じゃがいも 塩 牛乳

材料購入により、変更させていただくことがあります。



お誕生会の日と11月9日(木)は白ご飯はいりません。お箸とコップは持ってきてください。

