



平成30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(木)	すきやきふうに 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 りんご	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(金)	親子遠足(お弁当の日)					
5(月)	にくだんごのカレーに わふうサラダ チーズ	鶏ひき肉 卵 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	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
6(火)	さけのしおやき かぼちゃのそぼろに たまごスープ	さけ 豆腐 卵 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
7(水)	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
8(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	ピラフおにぎり おちゃ	にんじん グリーンピース コーン パター 米
9(金)	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	せんべい かき ぎゅうにゅう	せんべい かき 牛乳
12(月)	スパクリームに きゃべつのごまあえ 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 キャベツ 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
13(火)	からあげ きりぼしだいこんとさといものにも はるさめスープ	鶏肉 卵 油揚げ	小麦粉 油 片栗粉 砂糖 春雨	きゅうり コーン ねぎ もやし 玉ねぎ 人参 切り干し大根 里芋	プリン ぎゅうにゅう	プリン 牛乳
14(水)	さばのにつけ サラダ とんじる	鯖 ハム 豚肉	砂糖 マヨネーズ ごま	ごぼう 人参 大根 きゅうり レタス 玉ねぎ ねぎ	ホットケーキ ぎゅうにゅう	卵 牛乳 ホットケーキ粉 牛乳
15(木)	マーボー豆腐 ナムル りんご	豚ひき肉 豆腐 ハム	砂糖 片栗粉 油	ねぎ 玉ねぎ 人参 ほうれん草 りんご きゅうり	スイートポテト ぎゅうにゅう	さつまいも 生クリーム 卵 黒いりごま 牛乳
16(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
19(月)	ミートローフ スパゲッティーサラダ たまごスープ	合ひき肉 ハム 卵	砂糖 スパゲティ パン粉 マヨ	玉ねぎ ねぎ コーン 人参 きゅうり	おかし ヨーグルト	おかし ヨーグルト
20(火)	おたんじょうかい ビーフシチュー ごはん マカロニサラダ エビフライ ブチトマト デザート	牛肉 エビ ハム	じゃがいも 油 ごはん	人参 玉ねぎ きゅうり コーン もやし ブチトマト	ケーキ 牛乳	ケーキ 牛乳
21(水)	ししゃもてんぷら ひじきのにも すましじる	ししゃも 油揚げ ひじき 鶏肉 かまぼこ 豆腐	天ぷら粉 油 砂糖 こんにゃく	人参 大豆 いんげん チンゲン菜 玉ねぎ えのき	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
22(木)	チンジャオロース コールスローサラダ スープ	牛肉 ハム ベーコン	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 もやし	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
26(月)	ハヤシライス ちゅうかふうサラダ チーズ	牛肉 ハム チーズ	油 砂糖 春雨	玉ねぎ グリーンピース 人参 きゅうり コーン	おかし みかん ぎゅうにゅう	おかし みかん 牛乳
27(火)	しろみさかなのフライ 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	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
28(水)	ちゃんぽんめん あげはるまき もやしのあえもの	豚肉 卵	砂糖 春巻き皮 中華麺	玉ねぎ 人参 もやし きゅうり コーン キャベツ ねぎ なら キャベツ	ツナサンド ぎゅうにゅう	ツナ缶 マヨネーズ キャベツ 牛乳
29(木)	みそカツ はくさいのごまあえ すましじる	豚肉 みそ 豆腐 かまぼこ	油 砂糖	人参 玉ねぎ 白菜 きゃべつ しめじ	かりんとう りんご やさいジュース	かりんとう りんご 野菜ジュース
30(金)	おでんふうにも パンバンジー 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	フライドポテト ぎゅうにゅう	じゃがいも 塩 油 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8日(木)28日(水)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。

