

11月献立予定表

みそらこども園

★はスキムミルクを使用しています。

■は新メニューです。

・ご飯に押し麦を使用しています。

園で使用しているお米は「大分県産米」です。


日/曜	昼食	未満児おやつ				主な材料名(昼食・3時おやつ)			
		3時おやつ(☆は手作り)				熱どカになるもの	油や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料
01 (火)	豚肉の坦々麺風 大根とツナのサラダ レバーの煮付け グレープゼリー	オレンジジュース	牛乳	☆いなりずし	中華めん、米、砂糖、マヨネーズ、ごま油	牛乳、鶏レバー、豚ひき肉、卵、すし揚げ、ごま、ハチ味噌、ツナ缶	ぶどうジュース、きゅうり、だいこん、たまねぎ、コーン、アガー、しょうが	酢、酒、めんつゆ、しょうゆ、みりん、テンメンジャン、ほんだし、塩、こしょう	
02 (水)	ごはん 鶏肉のパンパンジー焼き ほうれん草とちくわのナムル かぼちゃのみそ汁	野菜ジュース	牛乳	☆芋栗蒸しようかん	米、さつまいも、砂糖、ごま油、小麦粉、片栗粉	牛乳、鶏肉、こしあん、味噌、ちくわ、くり、いりこ、煮干し、ごま	りんご、かぼちゃ、たまねぎ、ほうれん草、にんじん、もやし、小ねぎ、あおのり	しょうゆ、おろししょうが、酢、塩	
04 (金)	麦ごはん 牛肉と切干大根の煮物 白菜の納豆和え 春雨スープ	牛乳	牛乳	★オートミールクッキー	米、小麦粉、オートミール、砂糖、卵、はるさめ、グラニュー糖、こんにゃく、油	牛乳、牛肉、卵、納豆、かまぼこ、だいご、バター、脱脂粉乳、ごま	アセロラジュース、はくさい、たまねぎ、にんじん、切干大根、しいたけ、みつば、しいたけ	だし汁、しょうゆ、酒、みりん、ほんだし、おろししょうが	
05 (土)	鶏そぼろご飯 ★いかしゅうまい 豆苗のシャキシャキサラダ わかめのすまし汁	牛乳	N1ヨーグルト		米、油、さつまいも、しょうまいの皮、砂糖、片栗粉	鶏ひき肉、豚ひき肉、いか、豆腐、油揚げ、ツナ缶、煮干し、脱脂粉乳、花かつお、いりこ	バナナ、たまねぎ、だいこん、きゅうり、トウモロコシ、わかめ、にんじん、えのきたけ、しょうが	しょうゆ、酒、みりん、酢、おろししょうが、こしょう	
07 (月)	麦ごはん ★ハンバーグ ごまドレサラダ ★キャロットスープ	ぶどうジュース	牛乳	★アメリカンドッグ	米、じゃがいも、ホットケーキミックス、油、卵、砂糖、生パン粉	牛乳、魚肉ソーセージ、豚ひき肉、牛ひき肉、脱脂粉乳、卵、ハム、いりこ、アーモンドライス、ごま	ピーチジュース、にんじん、たまねぎ、きゅうり、コーン、しめじ、アガー	ケチャップ、酢、コンソメ、ワイン、しょうゆ、濃口しょうゆ、みりん、こしょう、ナツメグ	
08 (火)	雑穀ごはん 手羽中の甘辛揚げ 青菜の磯和え ニラ玉汁	リンゴジュース	牛乳	★紫芋パン	米、むらさきいも、小麦粉、片栗粉、砂糖、さつまいも、油(c.o)	牛乳、鶏肉、卵、牛乳、牛乳、バター、脱脂粉乳、煮干し、花かつお、鶏肉	キウイフルーツ、たまねぎ、はくさい、ほうれん草、にんじん、こまつな、にら、もやし、のり、バナナ	薄口しょうゆ、濃口しょうゆ、みりん、しょうゆ、しょうゆ、みりん、ドライイースト、塩	
09 (水)	ごはん サバのみそ煮 ピーマンのきんぴら きのこのスープ	牛乳	ヤクルト	☆チョコレートケーキ	米、グラニュー糖、こんにゃく、砂糖、小麦粉、粉糖、ごま油	さば、卵、バター、生クリーム、ハチ味噌、みそ、ごま、白身魚、バター	野菜ジュース、たまねぎ、ごぼう、しめじ、ピーマン、えのきたけ、しいたけ、にんじん、アガー	みりん、しょうゆ、しょうゆ、おろししょうが	
10 (木)	ラーメン ★ごぼうとちくわのサラダ ぎょうざ いりこ	スポロン	牛乳	☆ダックワーズ	中華めん、マヨネーズ、グラニュー糖、粉糖、小麦粉	牛乳、焼き豚、卵白、アーモンド、生クリーム、なた、卵黄、脱脂粉乳、いりこ	みかん、もやし、コーン、ごぼう、きゅうり、にんじん、ねぎ	ラーメンスープ、しょうゆ、酢、こしょう	
11 (金)	麦ごはん 牛肉のごまごま炒め 千切大根の酢の物 里芋のみそ汁	野菜ジュース	牛乳	★スキムわらびもち	米、さといも、わらび餅粉、黒砂糖、卵、砂糖、片栗粉、ごま油	牛肉、牛乳、味噌、脱脂粉乳、グレープフルーツ、油揚げ、ごま、煮干し、きな粉	アガー、たまねぎ、きゅうり、にんじん、しめじ、こまつな、千切りだいこん	しょうゆ、酒、酢、おろしにんにく	
12 (土)	雑穀ごはん ★マカロニグラタン 春雨サラダ 卵スープ	牛乳	N1ヨーグルト		米、さつまいも、砂糖、小麦粉、マカロニ、はるさめ、油	牛乳、卵、鶏肉、チーズ、バター、脱脂粉乳、ごま	マスケットジュース、たまねぎ、きゅうり、えのきたけ、チンゲンサイ、にんじん、しめじ、わかめ、コーン、アガー	酢、しょうゆ、みりん、コンソメ	
14 (月)	ごはん ★ごぼうつくね じゃがいもとベーコンのサラダ 中華スープ	オレンジジュース	牛乳	☆海鮮チヂミ	米、じゃがいも、小麦粉、砂糖、油、片栗粉、ごま油	牛乳、豚ひき肉、卵、かにかまぼこ、脱脂粉乳、えび、いか、ベーコン、かつおパック	たまねぎ、マンゴージュース、きゅうり、笹がきごぼう、えのきたけ、にんじん、小ねぎ、にら、アガー	しょうゆ、酢、中華だし、酒、みりん、酒、酢、和風だし、おろししょうが、こしょう	
15 (火)	もち麦ごはん ★魚のもみじ焼き 高野豆腐の卵とじ だんご汁	ぶどうジュース	牛乳	☆おこし	米、水あめ、さつまいも、小麦粉、卵、マヨネーズ、グラニュー糖、砂糖、油	牛乳、白身魚、豚肉、味噌、鶏肉、卵、油揚げ、みそ、脱脂粉乳、高野豆腐、煮干し、バター	りんご、たまねぎ、にんじん、ごぼう、パプリカ、小ねぎ	しょうゆ、ほんだし、塩	
16 (水)	麦ごはん 鶏肉のカレー煮 もやしといかのナムル ★青梗菜のミルクスープ	牛乳	ヤクルト	★おから蒸しパン	米、ホットケーキミックス、卵、砂糖、グラニュー糖、油、ごま油	鶏肉、牛乳、脱脂粉乳、おから、いか、卵、アーモンド	たまねぎ、パイナップル、えのきたけ、ほうれん草、チンゲンサイ、もやし、にんじん、アガー	酒、しょうゆ、コンソメ、カレー粉、おろしにんにく	
17 (木)	赤飯 豚肉のマーマレード焼き レバーとひじきの煮物 はんぺんのすまし汁	スポロン	牛乳	☆なんきん白玉	米、もち米、だんご粉、黒蜜、砂糖、白玉粉、油	豚肉、鶏レバー、はんぺん、牛乳、小豆、煮干し、花かつお、油揚げ、いりこ	野菜ジュース、かぼちゃ、たまねぎ、にんじん、マーマレード、アガー、芽ひじき、わかめ	しょうゆ、酒、おろししょうが、みりん、塩、こしょう	

日/曜	昼食	未満児おやつ				主な材料名(昼食・3時おやつ)			
		3時おやつ(☆は手作り)				熱どカになるもの	油や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料
18 (金)	御正忌	リンゴジュース	牛乳	★ピザ	小麦粉、砂糖、オリーブオイル	牛乳、チーズ、ベーコン、脱脂粉乳	トマト、コーン	塩、ドライイースト	
19 (土)	★クリームスパゲティ キャベツの酢の物 もやしスープ 果物	牛乳	プリン		スパゲティ、小麦粉、砂糖、オリーブ油	牛乳、ベーコン、脱脂粉乳、バター、ごま	オレンジ、たまねぎ、キャベツ、もやし、きゅうり、にんじん、しめじ、こまつな、パプリカ	酢、しょうゆ、コンソメ	
21 (月)	麦ごはん 豚肉のおろし玉ねぎ炒め れんこんとハムのマヨサラダ エリンギスープ	野菜ジュース	牛乳	☆リング春巻き	米、春巻きの皮、砂糖、卵、マヨネーズ、油、片栗粉、小麦粉	牛乳、豚肉、だいち、ごま、ハム、いりこ	メロンジュース、たまねぎ、りんご、れんこん、エリンギ、きゅうり、にんじん、ピーマン、いんげん、小ねぎ、パプリカ	みりん、酒、酢、しょうゆ	
22 (火)	ごはん 魚の五目あんかけ きゅうりともやしの昆布あえ 白菜のみそ汁	ぶどうジュース	牛乳	☆ビクトリアケーキ	米、小麦粉、グラニュー糖、油、砂糖、片栗粉、粉糖	牛乳、さくら、味噌、バター、卵、かにかまぼこ、油揚げ、煮干し	みかん、はくさい、たまねぎ、きゅうり、にんじん、コーン、いちごジャム、もやし、ピーマン、塩こんぶ	みりん、酒、しょうゆ	
24 (木)	牛すきうどん コーンサラダ ★ちくわのいそべ揚げ 果物	リンゴジュース	牛乳	★セサミクラッカー	うどん、小麦粉、こんにゃく、油、砂糖	牛乳、牛肉、ちくわ、バター、脱脂粉乳、卵、煮干し、花かつお、ごま	バナナ、たまねぎ、きゅうり、えのきたけ、コーン、レタス、長ねぎ、にんじん、あおのり	みりん、酢、酒、しょうゆ、塩、こしょう	
25 (金)	ハッピーランチデー	スポロン	三色ゼリー						
26 (土)	麦ごはん 鶏じゃが ブロッコリーとカリフラワーのサラダ いりこ	牛乳	N1ヨーグルト		米、じゃがいも、こんにゃく、卵、マヨネーズ、砂糖、油	鶏肉、いりこ	キウイフルーツ、たまねぎ、にんじん、きゅうり、カリフラワー、ブロッコリー、さやえんどう、バナナ	しょうゆ、みりん、塩、こしょう	
28 (月)	遠足 お弁当の日	牛乳	りんごジュース	お菓子					
29 (火)	ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き きゅうりと糸こんにゃくのサラダ ★ごぼうポタージュ	紫の野菜ジュース	牛乳	☆パンナコッタ	米、じゃがいも、こんにゃく、グラニュー糖、砂糖、ごま油	牛乳、鮭、牛乳、生クリーム、脱脂粉乳、ハム、ハチ味噌、みそ	オレンジ、たまねぎ、ごぼう、きゅうり、キャベツ、いちごジャム、にんじん、トウモロコシ、アガー、レモン	酢、コンソメ、みりん、酒、しょうゆ、パセリ粉、こしょう	
30 (水)	麦ごはん 大豆入り袋煮 コロコロチーズサラダ 大根のみそ汁	牛乳	牛乳	☆オールレーズン	米、じゃがいも、米粉、卵、砂糖、マヨネーズ、はちみつ、油	鶏ひき肉、味噌、だいち、牛乳、油揚げ、ハム、卵、チーズ、煮干し	りんごジュース、だいち、たまねぎ、にんじん、ごぼう、きゅうり、こまつな、コーン、しいたけ、レーズン、アガー	しょうゆ、こしょう	

まんまる一おより

18日(金)は、御正忌のメニュー(おとき)をいただきます。

28日(月)は、遠足の為お弁当の日です。準備をおねがいします。



地産地消を推進
地場産物を
食べよう!

地産地消とは、地域で生産した農林水産物を地域で消費する取り組みです。新鮮な食品を消費出来、地域が活性化します。輸送距離が短い為、環境問題にも貢献できます。園の食材でも積極的に地域の物を活用しています。

