様式F106

はいしゃさんの保育園(一般)

2021年11月分の献立

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前	1 牛乳100、ビスケット	2 ソイジュース、ビスケット	3	4 ソイジュース、ビスケット	5 牛乳100、ビスケット	6 牛乳100、ビスケット
昼食	御飯、豆腐の野菜そぼろ煮、かぶときゅうりのサラダ、粉ふき芋（青のり）	さんまのかば焼き丼、けんちん汁、キャベツとほうれん草の塩ごま和え、りんご		菜飯（小松菜・コーン）、みそ汁（玉ねぎ・なす）、さばの焼きおろし煮、かぼちゃ（蒸し）	御飯、みそ汁（じゃがいも・チンゲン菜）、れんこんバーグ、ごまサラダ、キウイフルーツ	あんかけうどん（ささみ）、バナナ
午後	牛乳90、お好み焼き(ツナ)	牛乳90、きな粉ポテト		牛乳90、豆腐ガトーショコラ	牛乳90、おにぎり（じゃこおかか）	麦茶、おにぎり（とりそぼろ）
午前	8 牛乳100、ビスケット	9 ソイジュース、ビスケット	10 牛乳100、ビスケット	11 ソイジュース、ビスケット	12 牛乳100、ビスケット	13 牛乳、ビスケット
昼食	きのこクリームライス、ブロッコリーの塩ナムル、ベイクド里芋、りんご	御飯、たらのスープ煮、納豆ボール、切り干し大根のカレーソテー	御飯、豆腐すまし汁（だいこん）、八宝菜、きゅうりのゆかりあえ、バナナ	御飯、みそ汁（たまねぎ・もやし）、さわらと人参の煮物、ポテトサラダ、みかん	御飯、豆乳汁（チンゲン菜）、鶏むね肉のごまみそ焼き、蒸し野菜のサラダ	てりやき野菜丼、かぼちゃサラダ、オレンジ
午後	牛乳90、にんじんケーキ	牛乳90、おやつ・おさかなごはん	牛乳90、かぼちゃコッペ	牛乳90、芋もち	牛乳90、米粉おに蒸しパン	麦茶、おにぎり（さつまいも）
午前	15 牛乳100、ビスケット	16 ソイジュース、ビスケット	17 牛乳100、ビスケット	18 ソイジュース、ビスケット	19 牛乳100、ビスケット	20 牛乳100、ビスケット
昼食	きのこ御飯（鶏）、大豆汁（なす）、さけの塩焼き、さつま芋の甘煮、オレンジ	手作りわかめ御飯（ごま）、ミートボールのトマトシチュー、ツナサラダ、りんご	御飯、焼きがんもどきのあんかけ、すまし汁（こまつな・えのき）、筑前煮	御飯、みそ汁（かぼちゃ・ねぎ）、鮭と切干大根のあんかけ、ほうれん草のおかか和え、柿	御飯、みそ汁（さつまいも・もやし）、シュウマイ（野菜）、チンゲン菜のとろみ炒め（えのき）	お子様スパゲティー（ツナ・トマト）、スープ（じゃがいも）、バナナ
午後	牛乳90、かぼちゃのきな粉だんご	牛乳90、おやつ小魚（ごま）、大根餅	牛乳90、りんごパン	牛乳90、さつま芋の天ぷら風	牛乳90、雑炊（しらす・キャベツ）	麦茶、おにぎり（焼きもろこし）
午前	22 牛乳100、ビスケット	23	24 牛乳100、ビスケット	25 ソイジュース、ビスケット	26 牛乳100、ビスケット	27 牛乳100、ビスケット
昼食	さつま芋御飯、豆腐の旨煮（はくさい）、ブロッコリーのごまサラダ、バナナ		御飯、豆腐みそ汁（こまつな・ねぎ）、肉じゃが（豚肉）、きゅうりの酢の物（しらす）、りんご	御飯、みそ汁（もやし・たまねぎ）、さわらの幽庵焼き、白和え（ほうれん草・にんじん・ごま）	じゃこまぜ御飯、みそ汁（切干しだいこん・かぼちゃ）、鶏ささみのもみじ和え、みかん	豚丼、みそ汁（さつま芋・だいこん）、キウイフルーツ
午後	牛乳90、マカロニきな粉		牛乳90、フレンチトースト（豆乳）	牛乳90、にんじんおやき	牛乳90、スイートポテト	麦茶、おやつ・ケチャップライス
午前	29 牛乳100、ビスケット	30 ソイジュース、ビスケット				
昼食	カミカミドライカレー、わかめスープ（コーン）、シトラスサラダ	御飯、みそ汁（豆腐・だいこん）、さけの酒蒸し、ひじきとさつま芋の煮物（人参）、柿				
午後	牛乳90、かぼちゃの豆腐パン	牛乳90、おやつ・チャーハン（豚肉）				