2023年 11月 献立表

	01(水)	02(木)	04(土)	06(月)	07(火)	08(水)	09(木)	10(金)	11(土)	13(月)	14(火)	15(水)	16(木)	17(金)
献立名	鮭ごはん なめこ汁 擬製豆腐 白菜の甘酢和え	ご飯 けんちん汁 煮魚 和風サラダ	野菜ラーメン ポテトサラダ みかん	ご飯 味噌汁 魚のかば焼き きゅうりとわかめの酢物	八宝菜丼 卵スープ ブロッコリーサラダ	ご飯 すまし汁 焼き肉 キウイフルーツ	スティックパン 大根スープ エビグラタン パプリカソテー	ご飯 味噌汁 筑前煮 バナナ	ひじきチャーハン キャベツスープ ドレッシングサラダ	カレーライス ほうれん草サラダ りんご	ご飯 豚汁 魚のおろし煮 ごま和え	ピラフ 野菜スープ タンドリーチキン さつまいもサラダ みかん	ご飯 かぶのスープ 魚のケチャップあんかけ かぼちゃの煮物	きのこうどん ツナサラダ ヨーグルト和え
食品名及び分量	米 40 鮭フレーク 5 たまねぎ 8 だいこん 10 なめこ 8 油揚げ 1.5 ねぎ 1.2 にぼしだし 80 麦みそ 4 豆腐 29.4 鶏卵 21 鶏ひき肉 18 生しいたけ 2 にんじん 5 ほうれんそう 9 砂糖 1.8 薄口しょうゆ 1.8 食塩 0.1 油 0.6 きゅうり 18 はくさい 19 赤ピーマン 5 わかめ 0.2 三温糖 1.6 穀物酢 1.6 濃口しょうゆ 0.8	米 37 若鶏もも 10 豆腐 8 さといも 8 たまねぎ 8 ごぼう 3 にんじん 6 ねぎ 1.2 にぼしだし 80 濃口しょうゆ 1.2 本みりん 0.4 赤魚 40 おろししょうが 0.8 三温糖 0.8 本みりん 1.2 濃口しょうゆ 1.5 合成清酒 0.5 もやし 16 ブロッコリー 7 コーン 5 にんじん 6 焼き竹輪 5 和風ドレッシング 3	中華めん 50 ぶたひき肉 40 たまねぎ 12 にんじん 5 キャベツ 6 きくらげ 0.2 ねぎ 0.8 鶏がらだし 100 食塩 0.1 濃口しょうゆ 3 ごま油 0.2 じゃがいも 18 にんじん 5 きゅうり 8 かつお油漬缶詰 5 コーン 5 マヨドレ 3 みかん 40	米 37 かぶ 11 にんじん 7 こまつな 9 油揚げ 1.2 にぼしだし 80 麦みそ 4 あじ 40 薄力粉 0.53 油 0.53 いりごま 1 濃口しょうゆ 1.07 みりん風調味料 1.07 砂糖 0.27 合成清酒 1.07 片栗粉 0.16 きゅうり 20 わかめ 0.4 しらたき 9 ロースハム 5 錦糸卵 5 砂糖 0.6 濃口しょうゆ 0.4 穀物酢 1	米 40 ぶたロース 25 はくさい 20 たまねぎ 12 さやえんどう 5 にんじん 8 ゆでたけのこ 8 干ししいたけ 0.4 おろししょうが 0.8 油 1 合成清酒 0.8 食塩 0.2 濃口しょうゆ 1.2 鶏がらだし 50 片栗粉 1.2 ごま油 0.2 にら 1.2 たまねぎ 9 トマト 8 鶏卵 8 鶏がらだし 65 食塩 0.1 片栗粉 0.5 ブロッコリー 8 くりかぼちゃ 17 にんじん 10 マヨドレ 3	米 37 ほうれんそう 9 蒸しかまぼこ 5 たまねぎ 10 えのきたけ 4 にぼしだし 85 薄口しょうゆ 0.8 食塩 0.28 キャベツ 15 だいずもやし 10 たまねぎ 10 にんじん 6 青ピーマン 5 牛もも 35 焼き肉のたれ 5 なたね油 1 キウイフルーツ 45	スナックスティック 15 だいこん 15 にんじん 9 グリーンピース 3 鶏がらだし 65 食塩 0.16 マカロニ 10 むきえび 5 たまねぎ 20 ベーコン 5 マッシュルーム水煮缶詰 5 コーン 5 ホワイトソース 20 牛乳 20 パルメザンチーズ 2 パン粉 2 赤パプリカ 11 ブロッコリー 9 黄パプリカ 11 食塩 0.1 油 1	米 37 さつまいも 13 わかめ 0.2 たまねぎ 7 にんじん 4 にぼしだし 85 麦みそ 4 鶏肉 22 れんこん 8 だいこん 12 生しいたけ 4 にんじん 5 ゆでたけのこ 5 板こんにゃく 5 生揚げ 10 さやいんげん 5 にぼしだし 35 薄口しょうゆ 2.1 砂糖 1.4 本みりん 0.7 合成清酒 0.7 バナナ 45	米 40 鶏ひき肉 15 ひじき 1 にんじん 5 たまねぎ 10 ねぎ 1 薄口しょうゆ 1.4 本みりん 0.7 鶏がらだし 0.1 ごま油 1 キャベツ 13 もやし 10 ベーコン 5 鶏がらだし 65 食塩 0.05 パセリ 0.1 きゅうり 20 かぶ 15 にんじん 5 サウザンドレッシング 3	米 40 ぶたひき肉 10 大豆 20 じゃがいも 24 にんじん 10 たまねぎ 21 カレールウ 7 ほうれんそう 16 しらす干し 5 にんじん 11 ごぼう 4.5 コーン 5 薄口しょうゆ 0.4 マヨドレ 3 りんご 45	米 37 ぶたロース 10 はくさい 13 油揚げ 2 にんじん 3.5 たまねぎ 7 板こんにゃく 5 わかめ 0.2 にぼしだし 84 麦みそ 4 さば 40 だいこん 13 ねぎ 2 薄口しょうゆ 0.8 濃口しょうゆ 0.8 砂糖 0.8 みりん風調味料 0.8 さといも 19 にんじん 13 さやえんどう 5 いりごま 1 砂糖 0.5 濃口しょうゆ 0.9 食塩 0.05	米 40 にんじん 4 たまねぎ 8 鶏がらだし 1 薄口しょうゆ 0.24 食塩 0.1 有塩バター 1 コーン 2 トマトケチャップ 1 こまつな 11 たまねぎ 10 しめじ 5 鶏がらだし 65 食塩 0.12 鶏肉 50 食塩 0.08 おろしにんにく 0.16 プレーンヨーグルト 10 濃口しょうゆ 0.8 カレー粉 0.2 さつまいも 20 ロースハム 5 にんじん 5 きゅうり 10 マヨドレ 3.2 みかん 45	米 37 ベーコン 5 かぶ 9 キャベツ 8 カリフラワー 4 鶏がらだし 65 赤魚 40 合成清酒 1.44 片栗粉 1.44 油 2.16 たまねぎ 15 にんじん 7 えのきたけ 4 青ピーマン 5 おろししょうが 0.08 おろしにんにく 0.04 薄口しょうゆ 1.5 トマトケチャップ 5 砂糖 1.44 穀物酢 1.2 片栗粉 0.72 くりかぼちゃ 40 三温糖 0.4 本みりん 0.4 濃口しょうゆ 1.2	ゆでうどん 50 ぶたロース 15 にんじん 5 たまねぎ 10 なめこ 7 生しいたけ 7 油揚げ 2 ねぎ 1.2 にぼしだし 100 薄口しょうゆ 2 濃口しょうゆ 1 みりん風調味料 1.4 食塩 0.2 だいこん 14 にんじん 7 かつお油漬缶詰 10 きゅうり 9 ごまドレッシング 3 プレーンヨーグルト 35 みかん缶詰 10 パインアップル缶詰 10 砂糖 5
おやつ	牛乳(未満児) お茶 フルーチェ お茶	りんごジュース 牛乳(午後) 動物ビスケット お茶	牛乳(未満児) 牛乳(午後) バームクーヘン お茶	牛乳(未満児) 牛乳(午後) さつまいも蒸しパン お茶	ぶどうジュース 牛乳(午後) アップルパイ お茶	牛乳(未満児) 牛乳(午後) フライドポテト お茶	牛乳(未満児) お茶 鶏そぼろおにぎり お茶	野菜ジュース 牛乳(午後) お好み焼き お茶	牛乳(未満児) 牛乳(午後) せんべい お茶	牛乳(未満児) 牛乳(午後) もみじまんじゅう お茶	牛乳(未満児) 牛乳(午後) きなこマカロニ お茶	牛乳(未満児) 牛乳(午後) ロールケーキ お茶	牛乳(未満児) 牛乳(午後) 卵サンド お茶	ピーチジュース 牛乳(午後) えびせん お茶
食品名及び分量	牛乳 100 麦茶 100 フルーチェ 32 牛乳 40 麦茶 パイ	りんごジュース 100 牛乳 100 ビスケット 30 麦茶 クラッカー	牛乳 100 牛乳 100 バームクーヘン 30 麦茶 甘辛せんべい	牛乳 100 牛乳 100 小麦粉(蒸しパンミックス) 12 牛乳 8 さつまいも 10 麦茶 えびせん	ぶどうジュース 100 牛乳 100 パイ皮 30 りんご 20 砂糖 5 無塩バター 2 麦茶 クッキー	牛乳 100 牛乳 100 じゃがいも 40 油 0.5 食塩 0.19 麦茶 サブレ	牛乳 100 麦茶 100 米 40 鶏ひき肉 7 合成清酒 0.7 砂糖 0.56 薄口しょうゆ 0.7 本みりん 0.7 焼きのり 0.07 麦茶 ビスケット	野菜ジュース 100 牛乳 100 薄力粉 20 鶏卵 8 ながいも 4 キャベツ 20 ねぎ 2 コーン 3 油 0.4 お好み焼きソース 3.5 削り節 0.2 あおのり 0.5 麦茶 ベジたべる	牛乳 100 牛乳 100 甘辛せんべい 20 麦茶 パイ	牛乳 100 牛乳 100 もみじまんじゅう 40 麦茶 甘辛せんべい	牛乳 100 牛乳 100 マカロニ・スパゲティ 8 きな粉 2 砂糖 1.5 麦茶 ポップコーン	牛乳 100 牛乳 100 ロールケーキ 40 麦茶 クッキー	牛乳 100 牛乳 100 食パン 20 鶏卵 10.5 マヨドレ 4 パセリ 0.21 麦茶 ウエハース	ももネクター 100 牛乳 100 えびせん 30 麦茶 クラッカー

2023年 11月 献立表

	18(土)	20(月)	21(火)	22(水)	24(金)	25(土)	27(月)	28(火)	29(水)	30(木)				
献立名	マーボー丼 わかめスープ 粉ふきいも	パンチョ ロクロ アルゼンチンサラダ	ご飯 味噌汁 肉じゃが バナナ	さといもご飯 そうめん汁 魚のいり焼き 卵サラダ	ご飯 かき玉汁 魚の野菜蒸し りんご	ナポリタン ブロッコリースープ 大根サラダ	ご飯 中華スープ レバーのマリアナソース みかん	わかめご飯 味噌汁 魚の幽庵焼き 千草和え	スタミナ納豆丼 すまし汁 さつまいものマーマレード煮	ご飯 クリームスープ 魚のピカタ ひじきサラダ				
食品名及び分量	米 40 豆腐 50 ぶたひき肉 18 にんじん 5 にら 2 おろししょうが 0.4 ごま油 0.8 三温糖 0.8 濃口しょうゆ 0.8 麦みそ 2.4 鶏がらだし 24 片栗粉 1.2 たまねぎ 10 わかめ 0.3 キャベツ 12 鶏がらだし 65 食塩 0.15 いりごま 1 じゃがいも 38 食塩 0.11 パセリ 0.05	ロールパン 30 牛ひき肉 15 ぶたひき肉 15 たまねぎ 10 トマト 10 マヨドレ 3 トマトケチャプ 3 にんじん 6 じゃがいも 10 大豆 10 コーン缶詰クリーム 10 さやいんげん 3 鶏がらだし 65 食塩 0.1 米 10 きゅうり 10 赤ピーマン 5 黄ピーマン 5 穀物酢 1 砂糖 1 オリーブ油 1 食塩 0.1	米 37 豆腐 10 はくさい 11 なす 9 油揚げ 2 にぼしだし 80 麦みそ 4 ぶたロース 25 じゃがいも 30 にんじん 8 たまねぎ 12 しらたき 5 グリーンピース 3 なたね油 1 薄口しょうゆ 2 砂糖 1.4 本みりん 0.5 バナナ 45	米 35 さといも 7 にんじん 4 しめじ 3 油揚げ 1 みりん風調味料 0.24 合成清酒 1.6 濃口しょうゆ 1.6 そうめん 5 たまねぎ 12 蒸しかまぼこ 5 ほうれんそう 7 にぼしだし 84 薄口しょうゆ 1.2 食塩 0.16 さけ 40 おろしにんにく 0.8 濃口しょうゆ 1.5 合成清酒 0.5 本みりん 0.5 砂糖 1 きゅうり 16 にんじん 9 ブロッコリー 5 鶏卵 6 フレンチドレッシング 3	米 37 鶏卵 10 わかめ 0.2 たまねぎ 9 キャベツ 6.67 にんじん 5 にぼしだし 84 薄口しょうゆ 0.84 食塩 0.28 片栗粉 0.56 たら 40 たまねぎ 16 にんじん 6 コーン 5 青ピーマン 6 薄口しょうゆ 1 麦みそ 2 無塩バター 2 りんご 45	マカロニ・スパゲティ 30 油 0.8 ベーコン 8 マッシュルーム水煮缶詰 6 たまねぎ 12 にんじん 8 青ピーマン 4 食塩 0.08 トマトケチャプ 5 ウスターソース 0.8 くりかぼちゃ 10 ブロッコリー 7 はくさい 10 鶏がらだし 65 食塩 0.1 だいこん 16 きゅうり 16 にんじん 8 マヨドレ 3	米 37 かにかまぼこ 5 たけのこ水煮缶詰 5 にら 2 もやし 12 コーン 5 鶏がらだし 65 食塩 0.1 ごま油 0.1 鶏肝臓 40 おろししょうが 0.3 濃口しょうゆ 1 片栗粉 3 なたね油 2 じゃがいも 16 たまねぎ 12 にんじん 7 板こんにゃく 5 麦みそ 1.85 トマトケチャプ 3.08 砂糖 2.46 みかん 45	米 37 炊き込みわかめ 0.3 だいこん 8 生揚げ 10 はくさい 6 にんじん 5 にぼしだし 85 麦みそ 4 赤魚 40 三温糖 1.5 ゆず 0.4 ゆず果汁 0.8 濃口しょうゆ 1.5 合成清酒 0.5 しゅんぎ 10 もやし 13 にんじん 9 えのきたけ 5 錦糸卵 5 濃口しょうゆ 1 三温糖 0.5 ごま油 0.5	米 40 納豆 15 鶏ひき肉 25 にんじん 10 たまねぎ 18 ねぎ 1.2 鶏卵 10 おろしにんにく 0.06 おろししょうが 0.15 薄口しょうゆ 0.5 鶏がらだし 2 ごま油 1.05 なたね油 0.7 ほうれんそう 10 蒸しかまぼこ 5 かぶ 13 にぼしだし 84 薄口しょうゆ 0.28 食塩 0.28 さつまいも 40 マーマレード 2 薄口しょうゆ 0.5	米 37 若鶏もも 6 カリフラワー 4 にんじん 6 たまねぎ 10 ほうれんそう 7 牛乳 30 シチュールウ 5 鶏がらだし 40 たら 40 食塩 0.1 薄力粉 2.8 鶏卵 8 油 1 トマトケチャプ 2 パセリ 0.1 ひじき 1.5 切干しだいこん 1.2 にんじん 9 きゅうり 12 コーン 5 マヨドレ 3 濃口しょうゆ 0.2 いりごま 1				
おやつ	牛乳(未満児) 牛乳(午後) ミニドーナツ お茶	牛乳(未満児) 牛乳(午後) アルファホール お茶	牛乳(未満児) お茶 ツナおにぎり お茶	牛乳(未満児) 牛乳(午後) 麩のラスク お茶	牛乳(未満児) 牛乳(午後) 大学芋 お茶	牛乳(未満児) 牛乳(午後) ｸｯｷｰ お茶	牛乳(未満児) 牛乳(午後) ウインナー蒸しパン お茶	牛乳(未満児) 牛乳(午後) きなこトースト お茶	牛乳(未満児) 牛乳(午後) カステラケーキ お茶	牛乳(未満児) お茶 ココアゼリー お茶				
食品名及び分量	牛乳 100 牛乳 100 イーストドーナッツ 30 麦茶 サブレ	牛乳 100 牛乳 100 クッキー 30 いちごジャム 10 麦茶 ベジたべる	牛乳 100 麦茶 100 米 40 かつお油漬缶詰 8 マヨドレ 1.5 濃口しょうゆ 0.5 麦茶 ビスケット	牛乳 100 牛乳 100 観世ふ 4 有塩バター 3.5 グラニュー糖 2 麦茶 えびせん	牛乳 100 牛乳 100 さつまいも 40 なたね油 1.8 砂糖 4 みりん風調味料 1.2 薄口しょうゆ 1.2 くろごま 1 麦茶 ポップコーン	牛乳 100 牛乳 100 クッキー 20 麦茶 ウエハース	牛乳 100 牛乳 100 小麦粉(蒸しパンミックス) 13 牛乳 8 ウインナーソーセージ 4 チーズ 4 麦茶 甘辛せんべい	牛乳 100 牛乳 100 食パン 20 きな粉 3 砂糖 2 無塩バター 2 豆乳 1 麦茶 クッキー	牛乳 100 牛乳 100 カステラ 30 ホイップクリーム 5 キウイフルーツ 10 みかん缶詰 5 麦茶 クラッカー	牛乳 100 麦茶 100 粉寒天 0.5 豆乳 30 砂糖 5 ミルクココア 3 麦茶 パイ				