２０２３年　１１月献立表

※献立の後半の日付は、行事の関係で順不同となっております。
※都合によりメニューが変更されることがあります。
※（果物）は、幼児の果物はありません。
※8日（水）はりす組は遠足です。お弁当をご用意ください。
※10日（金）はうさぎ組、ひつじ組、ぞう組は遠足です。お弁当をご用意ください。

日・曜	1日（水） ♪	2日（木） ♪	4日（土） 18日（土）	6日（月） 20日（月）	7日（火） 感謝祭のごちそう	8日（水） 21日（火）	9日（木） 22日（水）	10日（金） 24日（金）	11日（土） 25日（土）	13日（月） 27日（月）	14日（火） 28日（火）	15日（水） 29日（水）	16日（木） 30日（木）	17日（金） 誕生会
献立名	カレーうどん ピーマンの挽肉炒め きんぴらごぼう	親子丼 大根と高野豆腐のそぼろ煮 かぼちゃのみそ汁	ナポリタンスパゲティ ほうれん草とコーンのスープ	ごはん 魚の香味焼き なすのおかか和え 大根のとろみ汁	さつまいもごはん かぼちゃの筑前煮 感謝祭のみそ汁	豚肉の和風スパゲティ さつまいもと大豆の甘辛炒め もずくと卵のスープ	パ　ン ブラウンシチュー ほうれん草と卵の炒め物 さつまいものオーブン焼き	ごはん 関東炊き 人参しりしり 三度豆のごま和え	ドライカレー レタスとトマトのスープ	ごはん オープンオムレツ ひじきのマヨサラダ 野菜のコンソメスープ	ごはん 魚のタルタルソースがけ じゃがいもとブロッコリーのサラダ イタリアンスープ	みぞれあんかけうどん 厚揚げのそぼろあんかけ 小松菜の煮びたし	塩マーボー丼 中華風野菜炒め わかめと舞茸のスープ	黒豆ご飯 魚のレモンソース和え ごぼうサラダ カレー豚汁
材料名	うどん（乾） 豚肉 玉ねぎ 薄あげ 青ねぎ カレールー しょうゆ ウスターソース みりん 塩 片栗粉 だしかつお だし昆布 ピーマン もやし 合挽肉 しょうゆ みりん 塩 砂糖 ごぼう 人参 砂糖 しょうゆ みりん ごま ごま油 果物	米 鶏肉 鶏卵 玉ねぎ 人参 三つ葉 だしかつお しょうゆ 砂糖 酒 片栗粉 大根 人参 高野豆腐 しめじ 豚挽肉 ひじき（乾） しょうゆ 砂糖 みりん だしかつお かぼちゃ 玉ねぎ 薄あげ わかめ（乾） 青ねぎ みそ だしかつお （果物）	スパゲティ ウインナー 玉ねぎ ピーマン しめじ 人参 ケチャップ 塩 こしょう 白ワイン 油 ほうれん草 鶏肉 えのき 人参 コーン 塩 こしょう コンソメ 果物	米 魚（乳児　サケ） 魚（幼児　アジ） 青ねぎ レモン汁 しょうが しょうゆ 砂糖 みりん なす かつお節 しょうゆ みりん 豆腐 大根 しめじ 薄あげ 青ねぎ しょうゆ 塩 片栗粉 だしかつお 果物	米 さつまいも 塩 昆布 黒ごま 鶏肉 かぼちゃ 人参 ごぼう こんにゃく 三度豆 油 だしかつお しょうゆ 砂糖 みりん 収穫感謝礼拝で 持ち寄った野菜 青ねぎ みそ だしかつお 果物	スパゲティ 豚肉 舞茸 エリンギ 玉ねぎ 青ねぎ チキンスープ しょうゆ 酒 みりん 砂糖 昆布 刻みのり さつまいも 大豆水煮 酒 みりん 砂糖 しょうゆ 油 もずく 人参 チンゲン菜 鶏卵 チキンスープ 塩 こしょう 片栗粉 果物	麦ロール 鶏肉 玉ねぎ エリンギ じゃがいも グリンピース マッシュルーム しめじ ビーフシチュールー コンソメ 赤ワイン 牛乳 油 ほうれん草 しめじ 人参 鶏卵 ベーコン 塩 こしょう しょうゆ 油 さつまいも 油 塩 （果物）	米 鶏肉 大根 こんにゃく ちくわ がんもどき じゃがいも だしかつお 砂糖 みりん しょうゆ 人参 もやし ツナ しょうゆ みりん 塩 三度豆 ごま みりん しょうゆ 砂糖 果物	米 合挽肉 玉ねぎ にんにく しょうが りんご パプリカ ピーマン 大豆水煮 カレー粉 赤ワイン コンソメ ケチャップ しょうゆ ウスターソース 豆乳 塩 こしょう 油 ローリエ トマト水煮 レタス 鶏肉 人参 えのき にんにく チキンスープ 塩 こしょう 果物	米 鶏卵 じゃがいも 玉ねぎ ほうれん草 トマト 豆乳 コンソメ 塩 こしょう 油 ケチャップ ひじき 切干大根 人参 ツナ マヨドレ しょうゆ 塩 砂糖 玉ねぎ 人参 なす キャベツ しめじ ウインナー コンソメ 塩 こしょう 果物	米 魚（ヒメダイ） 玉ねぎ 乾燥パセリ レモン汁 マヨドレ 塩 こしょう 砂糖 じゃがいも コーン 人参 ブロッコリー しょうゆ りんご酢 油 玉ねぎ 砂糖 トマト 人参 玉ねぎ ベーコン なす かぼちゃ 乾燥パセリ コンソメ 塩 こしょう 果物	うどん（乾） 鶏肉 白菜 椎茸 大根 青ねぎ だし昆布 だしかつお しょうが 砂糖 みりん しょうゆ 片栗粉 厚揚げ だしかつお 合挽肉 片栗粉 しょうゆ 砂糖 生姜 みりん 小松菜 人参 薄あげ しょうゆ みりん 砂糖 だしかつお 果物	米 豆腐 豚挽肉 青ねぎ 干し椎茸 白ねぎ にら にんにく しょうが チキンスープ 酒 ごま油 塩 こしょう 片栗粉 チンゲン菜 玉ねぎ もやし しめじ 豚肉 しょうゆ 塩 こしょう ごま油 にんにく チキンスープ わかめ 舞茸 人参 チキンスープ しょうゆ 塩 こしょう （果物）	米 もち米 黒豆 塩 酒 魚（メルルーサ） 塩 こしょう 片栗粉 砂糖 酒 レモン汁 しょうゆ 片栗粉 油 ごぼう 人参 きゅうり 塩 こしょう マヨドレ しょうゆ 砂糖 豚肉 大根 人参 じゃがいも れんこん 青ねぎ だしかつお カレー粉 しょうゆ 塩 片栗粉 果物
おやつ	昆布おにぎり ♪	焼きそばパン ♪	市販菓子 市販菓子	市販菓子 市販菓子	かぼちゃケーキ ♪	そぼろおにぎり しらすゆかり おにぎり	（乳児）お麩ラスク （幼児）わらびもち 豆腐のお好み焼き	市販菓子 市販菓子	市販菓子 市販菓子	市販菓子 市販菓子	チーズスティック かぼちゃプリン	かつおおにぎり さけわかめおにぎり	大学芋 みかんヨーグルト	米粉のブラウニーケーキ ♪

※おやつには毎食牛乳がついています。
※延長保育のおやつは、卵、乳不使用のせんべいやクラッカー、クッキー などを提供しています。
※マヨドレは卵不使用のマヨネーズです。

聖和乳幼児保育センター　・　ぽぷら保育園

おやつ	1日（水）	2日（木）	4日（土）	6日（月）	7日（火）	8日（水）	9日（木）	10日（金）	11日（土）	13日（月）	14日（火）	15日（水）	16日（木）	17日（金）
	昆布おにぎり	焼きそばパン	市販菓子	市販菓子	かぼちゃケーキ	そぼろおにぎり	（乳児）お麩ラスク （幼児）わらびもち	市販菓子	市販菓子	市販菓子	チーズスティック	かつおおにぎり	大学芋	米粉のブラウニーケーキ
	米 塩昆布	麦ロール 中華麺 キャベツ 豚肉 ウスターソース お好みソース 油			ホットケーキミックス 鶏卵 砂糖 油 豆乳 かぼちゃ	米 鶏挽肉 しょうゆ 砂糖 しょうが 酒	（乳児） お麩 砂糖 バター 牛乳 （幼児） わらびもち粉 きな粉 砂糖 塩				小麦粉 片栗粉 ベーキングパウダー バター 塩 チーズ 牛乳	米 かつお節 しょうゆ 塩	さつまいも 油 砂糖 みりん しょうゆ 塩	米粉 コーンスターチ ベーキングパウダー ココア さつまいも 油 豆腐 砂糖
	♪	♪	18日（土）	20日（月）	♪	21日（火）	22日（水）	24日（金）	25日（土）	27日（月）	28日（火）	29日（水）	30日（木）	♪
	♪	♪	市販菓子	市販菓子	♪	しらすゆかり おにぎり	豆腐のお好み焼き	市販菓子	市販菓子	市販菓子	かぼちゃプリン	さけわかめおにぎり	みかんヨーグルト	♪
						米 ゆかり しらす	お好み焼き粉 鶏卵 キャベツ 豚肉 油 青のり お好みソース 豆腐 青ねぎ 天かす マヨドレ				かぼちゃ 砂糖 豆乳 ゼラチン	米 さけ わかめ（乾） 塩 酒	ヨーグルト みかん缶詰 砂糖	