



11月 献立表



2021年 大宮すこやか保育園

	献立名	材料名 ※材料が変更になる可能性があります				午前 おやつ(3歳未満児)..... 午後
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	その他	
1 月	きのこご飯 野菜コロッケ チンゲン菜の中華和え 味噌汁 (麩・わかめ)	米/ごま/麩/サラダ油	野菜コロッケ/牛乳/味噌	キャベツ/チンゲン菜/えのき/人参/わかめ/しめじ/油揚げ	塩 濃口醤油 料理酒 みりん風調味料 和風だし 中濃ソース カレーパウダー マヨネーズ 和風ドレッシング かつお節 だし 昆布 デザート&ムース 雪の宿	ビスコ 牛乳 デザートムース (いちご) せんべい
2 火	ご飯 豚肉のしぐれ煮 小松菜のおかか和え すまし汁 (ほうれん草・たまねぎ)	米/上白糖/サラダ油	豚バラ肉/牛乳	人参/ごぼう/玉ねぎ/糸こんにゃく/グリーンピース/小松菜/もやし/パインチビット	濃口醤油 みりん風調味料 料理酒 和風だし おろし生しょうが 昆布つゆ かつお節 だし 昆布 塩 ホットケーキミックス	白い風船 牛乳 パイナップルケーキ 牛乳
4 木	ご飯 さわらの西京焼き 切干大根の煮物 味噌汁 (わかめ・豆腐)	米/上白糖/サラダ油	さわら/味噌/油揚げ/豆腐牛乳	ブロッコリー/大根/人参/わかめ/ひじき	みりん風調味料 ポン酢醤油 かつおだし 濃口醤油 料理酒 だし 昆布 かつお節 昆布つゆ	マリービスケット 牛乳 ひじきおにぎり 牛乳
5 金	ご飯 チキンのトマトソースかけ カルシウムサラダ コンソメスープ (白菜・わかめ)	米/さつまいも/片栗粉/上白糖/サラダ油	鶏もも肉/しらす干し/チーズ/牛乳	トマト/ほうれん草/キャベツ/きゅうり/黄ピーマン/白菜/わかめ	塩 おろし生にんにく コンソメ 塩 昆布つゆ ノンオイルドレッシング	ハーベスト 牛乳 さつまいももち 牛乳
6 土	中華丼 ナムル わかめスープ (わかめ・ネギ)	米/サラダ油/ごま油/片栗粉/ごま/上白糖/じゃがいも	豚バラ肉/蒲鉾/チーズ	白菜/玉ねぎ/人参/ピーマン/きくらげ/チンゲン菜/わかめ/ねぎ/のり	中華だし 塩 濃口醤油 料理酒	ルヴァン 牛乳 じゃがいものりチーズ 牛乳
8 月	ご飯 あじの塩焼き さつま揚げの煮物 味噌汁 (なめこ・ネギ)	米/上白糖/麩/マーガリン	あじの切身/さつま揚げ/味噌/牛乳	いんげん/大根/人参/しいたけ/なめこ/ネギ	料理酒 塩 ポン酢醤油 かつおだし 濃口醤油 だし 昆布 かつお節	ビスコ 牛乳 ぶらスク 牛乳
9 火	ご飯 クリームシチュー 花野菜サラダ フルーツヨーグルト	米/じゃがいも/サラダ油/さつまいも/上白糖	鶏肉/チーズ/ヨーグルト/牛乳	玉ねぎ/人参/グリーンピース/カリフラワー/ブロッコリー/きんぴらごぼう	シチューミックス 和風ドレッシング フルーツカクテル缶 昆布つゆ	白い風船 牛乳 ごぼうおにぎり 牛乳
10 水	チャーハン チキンボール 中華スープ (わかめ・チンゲン菜)	米/サラダ油/上白糖	豚挽肉/卵/チキンボール/肉しゅうまい/牛乳	玉ねぎ/人参/グリーンピース/わかめ/チンゲン菜	中華だし 塩 濃口醤油 トマトケチャップ 中華ソース コンソメ ホットケーキミックス ベーキングパウダー	星たべよ 牛乳 肉まん 牛乳
11 木	ツナとほうれん草のスパゲティ まめサラダ 和風スープ (白菜・しめじ)	スパゲティ/サラダ油/食パン/上白糖/マーガリン	かつおフレーク/大豆/味噌/牛乳	玉ねぎ/人参/ほうれん草/ブロッコリー/コーン/白菜/しめじ	昆布つゆ 濃口醤油 マヨネーズ 和風だし 塩 ココア	マリービスケット 牛乳 ココアトースト 牛乳
12 金	ご飯 豚肉のごまみそ炒め 大根サラダ すまし汁 (ネギ・しいたけ)	米/サラダ油/上白糖/ごま	豚バラ肉/味噌/おいしいカルシウム/シュレッドチーズ/ツナフレーク/牛乳	玉ねぎ/人参/ブロッコリー/大根/きゅうり/ねぎ/干し椎茸	みりん風調味料 濃口醤油 片栗粉 ポン酢醤油 かつお節 ノンオイルドレッシング ホットケーキミックス マヨネーズ	ハーベスト 牛乳 ツナマヨパン 牛乳
13 土	きじ焼き丼 ほうれん草の胡麻和え 味噌汁 (わかめ・たまねぎ)	米/ごま/さつまいも/上白糖	鶏もも肉/卵/味噌/牛乳/マーガリン	しめじ/のり/ほうれん草/人参/わかめ/玉ねぎ	濃口醤油 みりん風調味料 料理酒 昆布つゆ かつお節 だし 昆布 塩	ルヴァン 牛乳 さつまいも巾着 牛乳
15 月	赤飯 野菜コロッケ チンゲン菜の中華和え 味噌汁 (麩・わかめ)	米/もち米/ごま/麩/サラダ油	野菜コロッケ/牛乳/味噌	キャベツ/チンゲン菜/えのき/人参/わかめ	赤飯の素 中華ソース カレーパウダー マヨネーズ 和風ドレッシング かつお節 だし 昆布 デザート&ムース 雪の宿	ビスコ 牛乳 デザートムース (いちご) せんべい



11月 献立表



2021年 大宮すこやか保育園

	献立名	材料名 ※材料が変更になる可能性があります				午前 おやつ...(3歳未満児)
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	その他	午後
16	火 ご飯 豚肉のしぐれ煮 小松菜のおかか和え すまし汁 (ほうれん草・たまねぎ)	米/上白糖/サラダ油	豚バラ肉/牛乳	人参/ごぼう/玉ねぎ/糸こんにゃく/グリーンピース/小松菜/もやし/パインチビット	濃口醤油 みりん風調味料 料理酒 和風だし おろししょうが 昆布つゆ かつお節 だし昆布 塩 ホットケーキミックス	白い風船牛乳 パイナップルケーキ牛乳
17	水 けんちんうどん 白菜のしらすサラダ チキンナゲット	うどん/さといも/サラダ油	鶏もも肉/豆腐/しらす干し/チキンナゲット/チーズ/牛乳	人参/大根/白菜	だし昆布 かつお節 濃口醤油 みりん風調味料 ノンオイルドレッシング 白玉粉 塩	星たべよ牛乳 もちもちチーズパン牛乳
18	木 ご飯 さわらの西京焼き 切干大根の煮物 味噌汁 (わかめ・豆腐)	米/上白糖/サラダ油	さわら/味噌/油揚げ/豆腐牛乳	ブロッコリー/大根/人参/わかめ/ひじき	みりん風調味料 ポン酢醤油 かつおだし 濃口醤油 料理酒 だし昆布 かつお節 昆布つゆ	マリービスケット牛乳 ひじきおにぎり牛乳
19	金 ご飯 チキンのトマトソースかけ カルシウムサラダ コンソメスープ (白菜・わかめ)	米/さつまいも/片栗粉/上白糖/サラダ油	鶏もも肉/しらす干し/チーズ/牛乳	トマト/ほうれん草/キャベツ/きゅうり/黄ピーマン/白菜/わかめ	塩 おろし生にんにく コンソメ 塩 昆布つゆ ノンオイルドレッシング	ハーベスト牛乳 さつまいももち牛乳
20	土 中華丼 ナムル わかめスープ (わかめ・ネギ)	米/サラダ油/ごま油/片栗粉/ごま/上白糖/じゃがいも	豚バラ肉/蒲鉾/チーズ	白菜/玉ねぎ/人参/ピーマン/きくらげ/チンゲン菜/わかめ/ねぎ/のり	中華だし 塩 濃口醤油 料理酒	ルヴァン牛乳 じゃがいものりチーズ牛乳
22	月 ご飯 あじの塩焼き さつま揚げの煮物 味噌汁 (なめこ・ネギ)	米/上白糖/麩/マーガリン	あじの切身/さつま揚げ/味噌/牛乳	いんげん/大根/人参/しいたけ/なめこ/ネギ	料理酒 塩 ポン酢醤油 かつおだし 濃口醤油 だし昆布 かつお節	ビスコ牛乳 ふラスク牛乳
24	水 チャーハン チキンボール 中華スープ (わかめ・チンゲン菜)	米/サラダ油/上白糖	豚挽肉/卵/チキンボール/肉しゅうまい/牛乳	玉ねぎ/人参/グリーンピース/わかめ/チンゲン菜	中華味顆粒 中華だし 塩 濃口醤油 トマトケチャップ 中華ソース コンソメ ホットケーキミックス ペーキングパウダー	星たべよ牛乳 肉まん牛乳
25	木 ツナとほうれん草のスパゲティ まめサラダ 和風スープ (白菜・しめじ)	スパゲティ/サラダ油/食パン/上白糖/マーガリン	かつおフレーク/大豆/味噌/牛乳	玉ねぎ/人参/ほうれん草/ブロッコリー/コーン/白菜/しめじ	昆布つゆ 濃口醤油 マヨネーズ 和風だし 塩 ココア	マリービスケット牛乳 ココアトースト牛乳
26	金 ご飯 豚肉のごまみそ炒め 大根サラダ すまし汁 (ネギ・しいたけ)	米/サラダ油/上白糖/ごま	豚バラ肉/味噌/おいしいカルシウム/シュレッドチーズ/ツナフレーク/牛乳	玉ねぎ/人参/ブロッコリー/大根/きゅうり/ねぎ/干し椎茸	みりん風調味料 濃口醤油 片栗粉 ポン酢醤油 かつお節 ノンオイルドレッシング ホットケーキミックス マヨネーズ	ハーベスト牛乳 ツナマヨパン牛乳
27	土 きじ焼き丼 ほうれん草の胡麻和え 味噌汁 (わかめ・たまねぎ)	米/ごま/さつまいも/上白糖	鶏もも肉/卵/味噌/牛乳/マーガリン	しめじ/のり/ほうれん草/人参/わかめ/玉ねぎ	濃口醤油 みりん風調味料 料理酒 昆布つゆ かつお節 だし昆布 塩	ルヴァン牛乳 さつまいも巾着牛乳
29	月 きのこご飯 野菜コロケ チンゲン菜の中華和え 味噌汁 (麩・わかめ)	米/ごま/麩/サラダ油	野菜コロケ/牛乳/味噌	キャベツ/チンゲン菜/えのき/人参/わかめ/しめじ/油揚げ	塩 濃口醤油 料理酒 みりん風調味料 和風だし 中濃ソース カレーパウダー マヨネーズ 和風ドレッシング かつお節 だし昆布 デザート&ムース 雪の宿	ビスコ牛乳 デザートムース (いちご) せんべい
30	火 ★誕生会★ てりやきチーズバーガー マセドアンサラダ コンソメスープ	バターロール/上白糖/じゃがいも/サラダ油	ハンバーグ/チーズ/牛乳	キャベ/きゅうり/人参/コーン/パインチビット	濃口醤油/料理酒/みりん風調味料/マヨネーズ/塩/ホットケーキミックス/ジオアマスカット	白い風船牛乳 パイナップルケーキジオア