

令和 5 年 11 月

献 立 予 定 表

社会福祉法人 小島保育園

日 曜	主 食	副 食 共 通	食 材	お や つ	
				10時(未満児)	3時(共通)
1 水	ご飯	魚のごま揚げ,ポテトサラダ,豆腐汁	まだい小麦粉(薄力粉),いりごま,しょうが,上白糖,本みりん,合成清酒,こいくちしょうゆ,サラダ油,じゃがいも,にんじん,きゅうり,とうもろこし(缶詰),ローズハム,マヨネーズ,こしょう,木綿豆腐,えのきたけ,ほうれんそう,かつお・昆布だし,うすくちしょうゆ	牛乳,りんご	オレンジゼリー,昆布,スキムミルク
2 木	ロールパン	野菜のオープン焼き,湯むきトマト,豆乳スープ,オレンジ	ウインナー,にんじん,ブロッコリー,じゃがいも,えのきたけ,マヨネーズ,こしょう,プロセスチーズ,トマト,調整豆乳,ベーコン,ほうれんそう,固形コンソメ,オレンジ	牛乳,ヨーグルト	高野豆腐のラスク,スキムミルク
3 金		文化の日			
4 土	ご飯	親子丼,厚揚げのみそ汁	鶏肉-もも,鶏卵,にんじん,たまねぎ,乾しいたけ,サラダ油,上白糖,本みりん,こいくちしょうゆ,厚揚げ,こねぎ,かつお・昆布だし,麦みそ	牛乳,クラッカー	お菓子,お茶
5 日					
6 月	雑穀米	浦上そばろ,ブロッコリー,さつま芋のみそ汁,りんご	豚肉-ばら,にんじん,ごぼう,たけのこ,もやし,乾しいたけ,さやえんどう,付き出しこんにゃく,さつま揚げ,サラダ油,上白糖,みりん,風調味料,合成清酒,こいくちしょうゆ,ブロッコリー,食塩,さつま芋,たまねぎ,油揚げ,こねぎ,かつお・昆布だし,麦みそ,りんご	牛乳,バナナ	ちんすこう,スキムミルク
7 火	ご飯	魚のごまマヨネーズ焼き,南瓜の煮物,チンゲン菜と卵のスープ	まだい,にんじん,たまねぎ,青ピーマン,しいたけ(菌床),サラダ油,マヨネーズ,いりごま,こしょう,西洋かぼちゃ,上白糖,みりん,風調味料,こいくちしょうゆ,かつお・昆布だし,鶏卵,チンゲンサイ,乾しいたけ,こねぎ,鳥がらだし	牛乳,オレンジ	人参ホットケーキ,牛乳
8 水	ロールパン	ハンバーグ,人参グラッセ,ブロッコリー,パンパキンスープ,キウイフルーツ	洋風料理 ハンバーグステーキ 合びきりハンバーグ,にんじん,上白糖,みりん,風調味料,うすくちしょうゆ,バター,ブロッコリー,食塩,西洋かぼちゃ,たまねぎ,じゃがいも,パセリ(乾),小麦粉(薄力粉),普通牛乳,キウイフルーツ	牛乳,りんご	フルーツヨーグルト,昆布,お茶
9 木	ご飯	中華丼,三色ナムル,ワカメスープ	豚肉-かた,ロース,鶏卵,さやえんどう,にんじん,たまねぎ,たけのこ,はくさい,しいたけ(菌床),さやえんどう,サラダ油,鳥がらだし,上白糖,うすくちしょうゆ,かたくろし,もやし,ほうれんそう,いりごま,みりん,風調味料,合成清酒,カットわかめ,こねぎ,ごま油	牛乳,ウエハース	大根餅,スキムミルク
10 金	さつま芋ご飯	鶏肉のさっぱり煮,ほうれん草とひじきのサラダ,キャベツとベーコンのみそ汁,なし	鶏肉-もも,小麦粉(薄力粉),うすら卵(缶詰),しょうが,上白糖,合成清酒,こいくちしょうゆ,水,ブロッコリー,食塩,ほうれんそう,にんじん,ほしひじき,シーチキン(水巻,ライト),マヨネーズ,いりごま,きゃべつ,たまねぎ,とうもろこし(冷凍),麦みそ,かつお・昆布だし,なし	牛乳,キウイフルーツ	米粉ブラウニー,スキムミルク
11 土		ミートスパゲティ,コンソメスープ	スパゲティ,合挽肉,にんじん,たまねぎ,グリーンピース,サラダ油,トマト缶(カット),トマトケチャップ,上白糖,こいくちしょうゆ,ベーコン,きゃべつ,固形コンソメ,パセリ(乾)	牛乳,せんべい	お菓子,お茶
12 日					
13 月	ご飯	鶏肉のごまみそ焼き,ボイル野菜,すいとん,パイナップル	鶏肉-もも,いりごま,麦みそ,上白糖,本みりん,にんじん,にら,きゃべつ,もやし,こしょう,サラダ油,たまねぎ,ごぼう,はくさい,板こんにゃく,油揚げ,小麦粉(薄力粉),こねぎ,かつお・昆布だし,うすくちしょうゆ,パイナップル	牛乳,バナナ	コーンフレーク,牛乳
14 火	麦ご飯	魚のトマト焼き,パンパキンサラダ,カラフル野菜スープ	まあい,ベーコン,にんじん,たまねぎ,ぶなしめじ,トマト缶(カット),固形コンソメ,サラダ油,西洋かぼちゃ,きゅうり,シーチキン(油漬,ライト),マヨネーズ,上白糖,こしょう,鶏卵,レタス,乾しいたけ,乾燥わかめ,かいわれだいこん	牛乳,オレンジ	お菓子,お茶
15 水	ちらし寿司	エビフライ,ポテトサラダ,トマト,花麩とワカメのすまし汁,なし	えびフライ(冷凍),サラダ油,じゃがいも,にんじん,きゅうり,とうもろこし(缶詰),ローズハム,マヨネーズ,上白糖,こしょう,トマト,焼豆,えのきたけ,カットわかめ,かつお・昆布だし,うすくちしょうゆ,なし	牛乳,りんご	ロールケーキ,スキムミルク
16 木	ご飯	ハヤシライス,トマトとコーンのサラダ,ヨーグルト	牛肉-かた,ロース,たまねぎ,マッシュルーム(缶詰),サラダ油,ハヤシルー,普通牛乳,トマト,きゅうり,とうもろこし(冷凍),和風ドレッシング,ヨーグルト	牛乳,ビスケット	小倉蒸しパン,スキムミルク
17 金	麦ご飯	ポークビーンズ,三色和え,大根スープ,りんご	豚肉-かた,ロース,だいず(水巻缶詰),にんじん,たまねぎ,じゃがいも,さやえんどう,サラダ油,固形コンソメ,上白糖,うすくちしょうゆ,トマトケチャップ,カットわかめ,とうもろこし(缶詰),本みりん,米粉,だいこん,かいわれだいこん,鳥がらだし,りんご	牛乳,キウイフルーツ	北欧パン,スキムミルク
18 土	ご飯	焼きそば,かき玉汁	中華めん,豚肉-かた,ロース,にんじん,たまねぎ,きゃべつ,もやし,焼き竹輪,はんぺん,中濃ソース,サラダ油,鶏卵,木綿豆腐,ほうれんそう,こねぎ,鳥がらだし	牛乳,コーンフレーク	お菓子,お茶
19 日					
20 月	ご飯	魚の野菜あんかけ,湯むきトマト,ブロッコリー,豆腐とワカメのみそ汁,キウイフルーツ	まだい,かたくろし,サラダ油,にんじん,たまねぎ,たけのこ,青ピーマン,もやし,上白糖,米粉,うすくちしょうゆ,トマト,ブロッコリー,食塩,木綿豆腐,カットわかめ,こねぎ,麦みそ,かつお・昆布だし,キウイフルーツ	牛乳,バナナ	ピーナツサンド,スキムミルク
21 火	麦ご飯	すき焼き風煮,チーズ,茄子のみそ汁	牛肉-かた,ロース,焼き豆腐,にんじん,たまねぎ,はくさい,根深ねぎ,ぶなしめじ,えのきたけ,にら,しらたき,上白糖,本みりん,こいくちしょうゆ,サラダ油,プロセスチーズ,なす,油揚げ,こねぎ,かつお・昆布だし,麦みそ	牛乳,オレンジ	にゅうめん,お茶
22 水	ご飯	切り干し大根のドライカレー,マカロニサラダ,オレンジ	牛ひき肉,豚肉(ひき肉),たまねぎ,切り干しだいこん,にんじん,にんにく,しょうが,サラダ油,トマトケチャップ,ウスターソース,上白糖,カレー粉,れんこん,マカロニ・スパゲティ,ローズハム,きゅうり,マヨネーズ,こしょう,オレンジ	牛乳,りんご	じゃが芋のりチーズ焼き,スキムミルク
23 木		勤労感謝の日			
24 金		お弁当の日		牛乳,丸ボーロ	ツナとほうれん草の春巻き,スキムミルク
25 土	ご飯	わかめうどん,ひじきと大豆の煮物	うどん,カットわかめ,煮しめ,かまぼこ,こねぎ,かつお・昆布だし,うすくちしょうゆ,だいず(ゆで),ほしひじき,さつま揚げ,にんじん,さやえんどう,サラダ油,上白糖,みりん,風調味料,こいくちしょうゆ	牛乳,芋けんぴ	お菓子,お茶
26 日					
27 月	ロールパン	魚フライ,ちぎりレタス,炒り卵,コーンクリームスープ,パイナップル	まだい,小麦粉(薄力粉),鶏卵,パン粉,サラダ油,マヨネーズ,レタス,こしょう,とうもろこし(缶詰・クリームスタイル),普通牛乳,パセリ(乾),固形コンソメ,食塩,パイナップル	牛乳,バナナ	のりおにぎり,お茶
28 火	ご飯	豚肉と茄子のみそ炒め,スティック野菜,春雨スープ	豚肉-かた,ロース,なす,にんじん,たまねぎ,青ピーマン,サラダ油,麦みそ,上白糖,本みりん,きゅうり,だいこん,和風ドレッシング,緑豆はるさめ,鶏肉-もも,はくさい,根深ねぎ,鳥がらだし	牛乳,オレンジ	大学芋,スキムミルク
29 水	雑穀米	鶏肉とアーモンドの甘辛煮,小松菜のお浸し,もやしとしめじの中華スープ,バナナ	鶏肉-もも,かたくろし,サラダ油,アーモンド,上白糖,こいくちしょうゆ,鳥がらだし,ごま油,こまつな,えのきたけ,かつお・昆布だし,みりん,風調味料,うすくちしょうゆ,もやし,ぶなしめじ,かいわれだいこん,バナナ	牛乳,りんご	ねぎ焼き,お茶
30 木	ご飯	鮭の塩焼き,南瓜の白和え,豚汁	べにざけ,食塩,木綿豆腐,西洋かぼちゃ,にんじん,とうもろこし(缶詰),いりごま,上白糖,本みりん,うすくちしょうゆ,豚肉-ロース,たまねぎ,だいこん,ごぼう,板こんにゃく,さつま芋,さといも,厚揚げ,こねぎ,かつお・昆布だし,麦みそ,ごま油	牛乳,なし	豆乳もち,昆布,スキムミルク