



11月 給食献立表

(1~2歳児)



令和5年11月1日
幼保連携型認定こども園
中央文化保育園
園長 町田 美智子

| 日 曜 | こ ん だ て | 主 食 材 | おやつ | |
|----------------------------|---|-----------------------------------|-----------|-------------|
| 1 水 | ☆青森県の郷土料理 せんべい汁 ごはん・さばのみそ煮・もやしの磯和え・せんべい汁 | さば切身 もやし 小松菜 魚肉ソーセージ せんべい | おかし | いちご オレ |
| 2 木 | 鶏南蛮にゅうめん・揚げ出し豆腐・ソファール | そうめん 鶏もも肉 人参 長ねぎ なたと 焼き豆腐 | シフォンケーキ | 牛乳 |
| 3 金 | 文 化 の 日 | | | |
| 4 土 | ごはん・和風卵焼き・きんぴられんこん・豆腐のみそ汁 | 鶏卵 ひじき 人参 枝豆 れんこん水煮 糸こん 木綿豆腐 | おかし | 牛乳 |
| 6 月 | ごはん・さつまいもカレー・わかめの酢の物・オレンジジュース | 鶏もも肉 さつまいも 人参 玉ねぎ 塩蔵わかめ きゅうり | おかし | 牛乳 |
| 7 火 | クロワッサン・さけのパン粉焼き・キャベツのジュリアンサラダ ふわ玉ポトフ・りんご | クロワッサン さけ切身 キャベツ ウィンナー ジャがいも | ココアプリン | 麦茶 |
| 8 水 | カツ丼・白菜のゆかり和え・みそけんちん汁 | とんかつ 鶏卵 玉ねぎ 人参 白菜 きゅうり 大根 ごぼう | おかし | ジョア |
| 9 木 | ミートソーススパゲッティー・かき玉コンソメジュリアン・キラキラヨーグルト | スパゲッティー 豚挽肉 鶏卵 キャベツ セロリ 人参 | イギリストースト | 牛乳 |
| 10 金 | ☆青森県の郷土料理 生姜みそおでん わかめごはん・生姜みそおでん・チンゲン菜の納豆和え・麦茶 | 生揚げ ウィンナー 大根 チンゲン菜 納豆 もやし | ヨーグルト蒸しパン | 牛乳 |
| 11 土 | ごはん・すき焼き煮・里芋のおかか和え・きのこのみそ汁 | 豚肩ロース肉 焼き豆腐 人参 糸こん 里芋水煮 しめじ | おかし | 牛乳 |
| 13 月 | ☆おゆうぎかい 応援メニュー おほしさまごはん・鶏のからあげ・小松菜の塩昆布和え・五目みそ汁 | 鶏もも肉 小松菜 もやし 大根 里芋水煮 人参 | ロールケーキ | 牛乳 |
| 14 火 | お ゆ う ぎ か い | | | |
| 15 水 | ☆青森県の郷土料理 バラ焼き・けの汁 ふりかけごはん・バラ焼き風炒め・無限キャベツサラダ・けの汁 | 豚肩ロース肉 キャベツ ツナフレーク 大根 ごぼう | おかし | りんご ジュース |
| 16 木 | 焼きうどん・中華風コーンスープ・フルーチェ | うどん 豚バラ肉 キャベツ クリームコーン缶 しいたけ | メロンパン | 牛乳 |
| 17 金 | ごはん・生揚げのケチャップ煮・もやしのナムル・ワンタンスープ | 生揚げ ウィンナー もやし 錦糸卵 ワンタンの皮 豚挽肉 | かぼちゃ餅 | 牛乳 |
| 18 土 | ごはん・照焼き肉団子・ひじきの炒め煮・油揚げのみそ汁 | 肉団子 ひじき 人参 大根 糸こん 油揚げ えのき | おかし | 牛乳 |
| 20 月 | ごはん・パンプキンシチュー・チーズマカロニサラダ・野菜ジュース | 鶏もも肉 かぼちゃ 玉ねぎ 人参 チーズ マカロニ | おかし | 牛乳 |
| 21 火 | ジャムサンド・キッシュ風オムレツ・ポテトサラダ・春雨スープ | 食パン 鶏卵 かぼちゃ チーズ ジャがいも 春雨 | ゆかりおにぎり | 麦茶 |
| 22 水 | 《誕生会》 ちらしずし・赤魚の塩焼き・ほうれん草のごま和え 花麩のみそ汁・ぶどうゼリー | 赤魚切身 ほうれん草 花麩 ちくわ 大根 塩蔵わかめ | プチシュー | 牛乳 |
| 23 木 | 勤 労 感 謝 の 日 | | | |
| 24 金 | ごはん・いり豆腐・切り干し大根サラダ・肉団子のみそ汁 | 木綿豆腐 ひじき 油揚げ 切干大根 肉団子 白菜 | 原宿ドッグ | 牛乳 |
| 25 土 | ごはん・和風きんぴら包み焼き・すき昆布の炒め煮・高野豆腐のみそ汁 | 和風きんぴら包み焼き 人参 すき昆布 糸こん 高野豆腐 | おかし | 牛乳 |
| 27 月 | ごはん・キーマブラウンシチュー・春雨サラダ・白ぶどうジュース | 豚挽肉 ジャがいも 人参 玉ねぎ 春雨 きゅうり | おかし | 牛乳 |
| 28 火 | お好み焼き風トースト・ブロッコリーの彩りサラダ・コーンポタージュ・バナナ | 食パン ツナフレーク 人参 ブロッコリー コーン ジャがいも | いちごレアチーズ | 麦茶 |
| 29 水 | 納豆ごはん・さんまの蒲焼き・ほうれん草のしらす和え・なめこ汁 | 納豆 さんま切身 ほうれん草 しらす干し なめこ もやし | おかし | ヤクルト |
| 30 木 | ☆青森県の郷土料理 みそカレー牛乳ラーメン みそカレー牛乳ラーメン・春巻き・元気ヨーグルト | 中華麺 なたと 塩蔵わかめ 春巻き キャベツ 豚挽肉 もやし | チョコもっちパン | 牛乳 |
| <ねらい> ・青森県の特産品や郷土料理を知る。 | | | | |



※ 毎日午前のおやつとしてお菓子（月に1回はゼリー）と麦茶（月に2回はヤクルト）を提供しています。
※ 献立は都合により変更になる場合があります。何卒、ご了承ください。