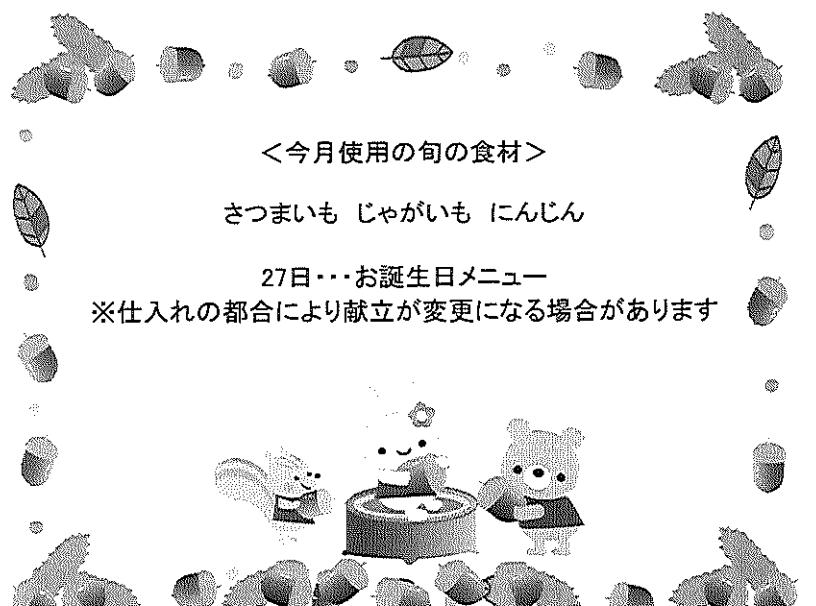


令和2年 野上あゆみ保育園

11月献立表(初期食)

	11月2日(月)	11月4日(水)	11月5日(木)	11月6日(金)	11月7日(土)	11月9日(月)	11月10日(火)
総食	◇10倍粥◇ ◇煮魚◇ ◇人参の昆布だし煮◇ ◇清まし汁◇	◇10倍粥◇ ◇豆腐煮◇ ◇さつま芋の煮物◇ ◇清まし汁◇	◇パン粥◇ ◇豆腐と人参のトロトロ煮◇ ◇玉ねぎの煮物◇ ◇清まし汁◇	◇10倍粥◇ ◇豆腐煮◇ ◇ほうれん草のトロトロ煮◇ ◇清まし汁◇	◇10倍粥◇ ◇煮魚◇ ◇人参の昆布だし煮◇ ◇清まし汁◇	◇10倍粥◇ ◇豆腐煮◇ ◇さつま芋マッシュ◇ ◇清まし汁◇	◇パン粥◇ ◇豆腐と玉ねぎのトロトロ煮◇ ◇南瓜の煮物◇ ◇清まし汁◇
材料	◇10倍粥◇ 精白米 水 ◇煮魚◇ ガラスカレイ だし汁 片栗粉 ◇人参の昆布だし煮◇ 人参 昆布だし汁 ◇清まし汁◇ 小町麩 だし汁	◇10倍粥◇ 精白米 水 ◇豆腐煮◇ 充填豆腐(絹) だし汁 片栗粉 ◇さつま芋の煮物◇ さつまいも だし汁 ◇清まし汁◇ たまねぎ だし汁	◇パン粥◇ NEG耳なし食パン 粉ミルク 水 ◇豆腐と人参のトロトロ煮◇ 充填豆腐(絹) 人参 だし汁 片栗粉 ◇玉ねぎの煮物◇ ほうれん草 だし汁 片栗粉 ◇清まし汁◇ じゃがいも(マークイン) だし汁	◇10倍粥◇ 精白米 水 ◇豆腐煮◇ ガラスカレイ だし汁 片栗粉 ◇ほうれん草のトロトロ煮◇ ほうれん草 だし汁 片栗粉 ◇清まし汁◇ 大根 だし汁	◇10倍粥◇ 精白米 水 ◇煮魚◇ ガラスカレイ だし汁 片栗粉 ◇人参の昆布だし煮◇ 人参 昆布だし汁 ◇清まし汁◇ たまねぎ だし汁	◇10倍粥◇ 精白米 水 ◇豆腐煮◇ ガラスカレイ だし汁 片栗粉 ◇さつま芋マッシュ◇ さつまいも だし汁 ◇清まし汁◇ たまねぎ だし汁	◇パン粥◇ NEG耳なし食パン 粉ミルク 水 ◇豆腐と玉ねぎのトロトロ煮◇ 充填豆腐(絹) たまねぎ だし汁 片栗粉 ◇南瓜の煮物◇ 南瓜 だし汁 ◇清まし汁◇ 小町麩 だし汁
	11月11日(水)	11月12日(木)	11月13日(金)	11月14日(土)	11月16日(月)	11月17日(火)	11月18日(水)
総食	◇10倍粥◇ ◇煮魚◇ ◇ほうれん草の煮物◇ ◇清まし汁◇	◇やわらかうどん◇ ◇豆腐と人参のトロトロ煮◇ ◇玉ねぎの煮物◇ ◇清まし汁◇	◇10倍粥◇ ◇煮魚◇ ◇ほうれん草のトロトロ煮◇ ◇清まし汁◇	◇10倍粥◇ ◇豆魚◇ ◇人参の煮物◇ ◇清まし汁◇	◇10倍粥◇ ◇豆魚◇ ◇大根の昆布だし煮◇ ◇清まし汁◇	◇やわらかうどん◇ ◇豆腐と玉ねぎのトロトロ煮◇ ◇ほうれん草の煮物◇ ◇清まし汁◇	◇10倍粥◇ ◇豆魚◇ ◇人参の昆布だし煮◇ ◇清まし汁◇
材料	◇10倍粥◇ 精白米 水 ◇煮魚◇ ガラスカレイ だし汁 片栗粉 ◇ほうれん草の煮物◇ ほうれん草 だし汁 ◇清まし汁◇ 人参 だし汁	◇やわらかうどん◇ うどん だし汁 ◇豆腐と人参のトロトロ煮◇ 充填豆腐(絹) 人参 だし汁 片栗粉 ◇玉ねぎの煮物◇ たまねぎ だし汁 ◇清まし汁◇ 小町麩 だし汁	◇10倍粥◇ 精白米 水 ◇豆魚◇ ガラスカレイ だし汁 片栗粉 ◇ほうれん草のトロトロ煮◇ ほうれん草 だし汁 片栗粉 ◇清まし汁◇ 大根 だし汁	◇10倍粥◇ 精白米 水 ◇豆魚◇ ガラスカレイ だし汁 片栗粉 ◇人参の煮物◇ 人参 だし汁 ◇清まし汁◇ 大根 だし汁	◇10倍粥◇ 精白米 水 ◇豆魚◇ ガラスカレイ だし汁 片栗粉 ◇大根の昆布だし煮◇ 大根 昆布だし汁 ◇清まし汁◇ ほうれん草 だし汁	◇やわらかうどん◇ うどん だし汁 ◇豆腐と玉ねぎのトロトロ煮◇ 充填豆腐(絹) たまねぎ だし汁 片栗粉 ◇ほうれん草の煮物◇ ほうれん草 だし汁 ◇清まし汁◇ 人参 昆布だし汁	◇10倍粥◇ 精白米 水 ◇豆魚◇ 充填豆腐(絹) だし汁 片栗粉 ◇人参の昆布だし煮◇ 人参 昆布だし汁 ◇清まし汁◇ たまねぎ だし汁

11月19日(木)	11月20日(金)	11月21日(土)	11月24日(火)	11月25日(水)	11月26日(木)	11月27日(金)
△10倍粥△ △煮魚△ △大根の煮物△ △清まし汁△	△10倍粥△ △豆腐煮△ △ほうれん草のトロトロ煮△ △清まし汁△	△10倍粥△ △豆腐と玉ねぎのトロトロ煮△ △かぼちゃマッシュ△ △清まし汁△	△10倍粥△ △煮魚△ △人参の煮物△ △清まし汁△	△やわらかうどん△ △豆腐煮△ △南瓜の煮物△ △清まし汁△	△10倍粥△ △煮魚△ △ほうれん草の煮物△ △清まし汁△	△パン粥△ △豆腐とじゃが芋のトロトロ煮△ △人参の昆布だし煮△ △清まし汁△
△10倍粥△ 精白米 水 △煮魚△ マダラ だし汁 片栗粉 △大根の煮物△ 大根 だし汁 △清まし汁△ 人参 だし汁	△10倍粥△ 精白米 水 △豆腐煮△ 充填豆腐(絹) だし汁 片栗粉 △ほうれん草のトロトロ煮△ ほうれん草 だし汁 片栗粉 △清まし汁△ 小町麩 だし汁	△10倍粥△ 精白米 水 △豆腐と玉ねぎのトロトロ煮△ 充填豆腐(絹) たまねぎ だし汁 片栗粉 △かぼちゃマッシュ△ 南瓜 だし汁 △清まし汁△ 大根 だし汁	△10倍粥△ 精白米 水 △煮魚△ マダラ だし汁 片栗粉 △人参の煮物△ 人参 だし汁 △清まし汁△ 小町麩 だし汁	△やわらかうどん△ うどん だし汁 △豆腐煮△ 充填豆腐(絹) だし汁 片栗粉 △南瓜の煮物△ 南瓜 だし汁 △清まし汁△ 大根 だし汁	△10倍粥△ 精白米 水 △煮魚△ カラスガレイ だし汁 △ほうれん草の煮物△ ほうれん草 だし汁 △清まし汁△ 大根 だし汁	△パン粥△ NEG耳なし食パン 粉ミルク 水 △豆腐とじゃが芋のトロトロ煮△ 充填豆腐(絹) じゃがいも(マークイン) だし汁 片栗粉 △人参の昆布だし煮△ 人参 昆布だし汁 △清まし汁△ たまねぎ だし汁
11月28日(土) 11月30日(月)						
△10倍粥△ △豆腐煮△ △大根の煮物△ △清まし汁△	△10倍粥△ △豆腐と玉ねぎのトロトロ煮△ △ほうれん草の煮物△ △清まし汁△	△10倍粥△ 精白米 水 △豆腐と玉ねぎのトロトロ煮△ 充填豆腐(絹) たまねぎ だし汁 片栗粉 △ほうれん草の煮物△ ほうれん草 だし汁 △清まし汁△ 小町麩 だし汁	 <p>さつまいも ジャガイモ にんじん</p> <p>27日…お誕生日メニュー</p> <p>※仕入れの都合により献立が変更になる場合があります</p>			
△10倍粥△ 精白米 水 △豆腐煮△ 充填豆腐(絹) だし汁 片栗粉 △大根の煮物△ 大根 だし汁 △清まし汁△ 小町麩 だし汁	△10倍粥△ 精白米 水 △豆腐と玉ねぎのトロトロ煮△ 充填豆腐(絹) たまねぎ だし汁 片栗粉 △ほうれん草の煮物△ ほうれん草 だし汁 △清まし汁△ 人参 だし汁					

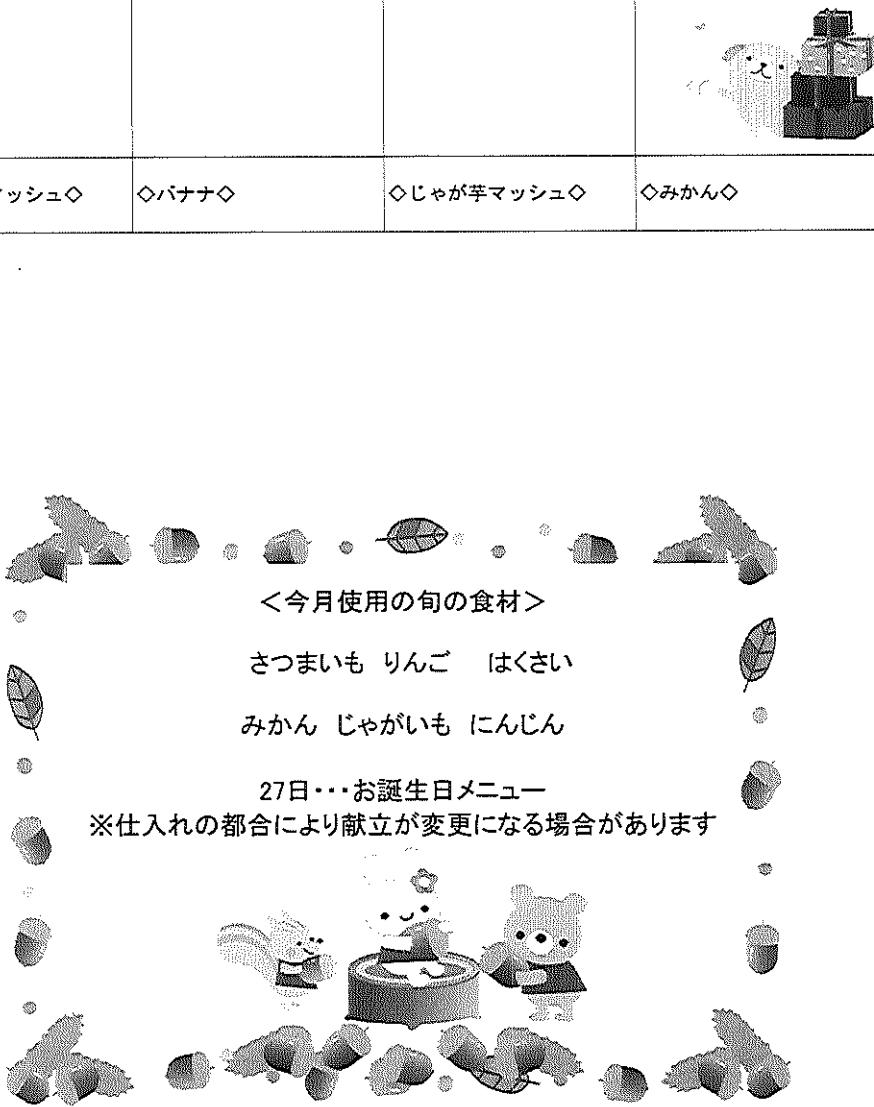


LEOC

令和2年 野上あゆみ保育園

11月献立表(中期食)

11月19日(木)	11月20日(金)	11月21日(土)	11月24日(火)	11月25日(水)	11月26日(木)	11月27日(金)
朝食 給食	◇ハイハイン◇	◇野菜入りソトおせんべい◇	◇岩塚のお子様せんべい◇	◇ハイハイン◇	◇野菜入りソトおせんべい◇	◇ハイハイン◇
	◇7倍粥◇	◇7倍粥◇	◇7倍粥◇	◇7倍粥◇	◇やわらかうどん◇	◇7倍粥◇
	◇煮魚◇	◇豆腐煮◇	◇豆腐と玉ねぎのトロトロ煮◇	◇煮魚◇	◇豆腐煮◇	◇煮魚◇
	◇大根の煮物◇	◇ほうれん草のトロトロ煮◇	◇かぼちゃマッシュ◇	◇人参の煮物◇	◇南瓜の煮物◇	◇ほうれん草の煮物◇
	◇清まし汁◇	◇清まし汁◇	◇清まし汁◇	◇清まし汁◇	◇清まし汁◇	◇清まし汁◇
	◇7倍粥◇ 精白米 水	◇7倍粥◇ 精白米 水	◇7倍粥◇ 精白米 水	◇7倍粥◇ 精白米 水	◇やわらかうどん◇ うどん 三温糖 薄口醤油 だし汁	◇7倍粥◇ 精白米 水
	◇煮魚◇ マダラ 三温糖 薄口醤油 だし汁 片栗粉	◇豆腐煮◇ 充填豆腐(絹) 三温糖 薄口醤油 だし汁 片栗粉	◇豆腐と玉ねぎのトロトロ煮◇ 充填豆腐(絹) たまねぎ 三温糖 薄口醤油 だし汁 片栗粉	◇煮魚◇ サフラン 三温糖 薄口醤油 だし汁	◇豆腐煮◇ 充填豆腐(絹) 三温糖 薄口醤油 だし汁 片栗粉	◇煮魚◇ カラスカリ 三温糖 薄口醤油 だし汁
	◇大根の煮物◇ 大根 だし汁 三温糖 薄口醤油	◇ほうれん草のトロトロ煮◇ ほうれん草 三温糖 薄口醤油 だし汁 片栗粉	◇かぼちゃマッシュ◇ 南瓜 だし汁	◇人参の煮物◇ 人参 三温糖 薄口醤油 だし汁 片栗粉	◇南瓜の煮物◇ 南瓜 だし汁 三温糖 薄口醤油	◇ほうれん草の煮物◇ ほうれん草 三温糖 薄口醤油 だし汁 片栗粉
材料 3時おやつ	◇清まし汁◇ 人参 薄口醤油 だし汁	◇清まし汁◇ 白菜 薄口醤油 だし汁	◇清まし汁◇ 大根 薄口醤油 だし汁	◇清まし汁◇ 小町麩 薄口醤油 だし汁	◇清まし汁◇ 大根 薄口醤油 だし汁	◇清まし汁◇ たまねぎ 薄口醤油 だし汁
	◇みかん◇	◇バナナ◇	◇りんご◇	◇さつま芋マッシュ◇	◇バナナ◇	◇じゃが芋マッシュ◇
	11月28日(土)	11月30日(月)				◇みかん◇
	◇岩塚のお子様せんべい◇	◇ハイハイン◇				
	◇7倍粥◇	◇7倍粥◇				
	◇豆腐煮◇	◇豆腐と玉ねぎのトロトロ煮◇				
	◇大根の煮物◇	◇ほうれん草の煮物◇				
	◇清まし汁◇	◇清まし汁◇				
材料 3時おやつ	◇7倍粥◇ 精白米 水	◇7倍粥◇ 精白米 水				
	◇豆腐煮◇ 充填豆腐(絹) 三温糖 薄口醤油 だし汁 片栗粉	◇豆腐と玉ねぎのトロトロ煮◇ 充填豆腐(絹) たまねぎ 三温糖 薄口醤油 だし汁 片栗粉				
	◇大根の煮物◇ 大根 だし汁 三温糖 薄口醤油	◇ほうれん草の煮物◇ ほうれん草 三温糖 薄口醤油 だし汁				
	◇清まし汁◇ 小町麩 薄口醤油 だし汁	◇清まし汁◇ 人参 薄口醤油 だし汁				
	◇りんご◇	◇さつま芋マッシュ◇				

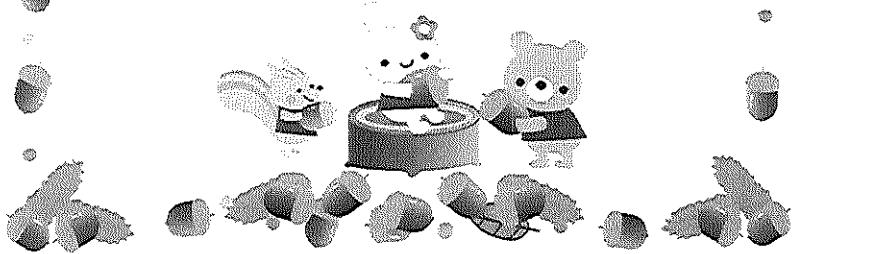


＜今月使用の旬の食材＞

さつまいも りんご はくさい

みかん じゃがいも にんじん

27日…お誕生日メニュー
※仕入れの都合により献立が変更になる場合があります



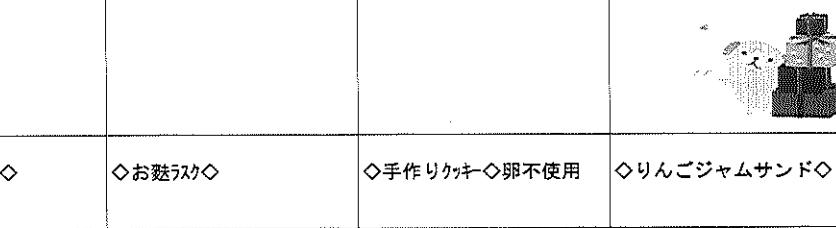
LEOC

令和2年 野上あゆみ保育園

11月献立表(後期食)

11月2日(月)		11月4日(水)	11月5日(木)	11月6日(金)	11月7日(土)	11月9日(月)	11月10日(火)
朝 おや つ 給 食	◇小魚せんべい◇	◇岩塚のお子様せんべい◇	◇しらす&わかめせんべい◇	◇野菜入りソフトおせんべい◇	◇ハイハイン◇	◇小魚せんべい◇	◇岩塚のお子様せんべい◇
	◇軟飯◇	◇軟飯◇	◇食パン◇	◇わかめおにぎり・軟飯◇	◇軟飯◇	◇軟飯◇	◇食パン◇
	◇カレイの磯辺焼き◇	◇そぼろ煮◇	◇ポークピーンズ◇	◇鶏肉の照り焼き◇	◇カレイの塩焼き◇	◇豚肉の焼肉風◇	◇鶏肉のパン粉焼◇
	◇厚揚げの炒め物◇	◇ビーフンサラダ◇	◇マカロニサラダ◇	◇豚汁◇	◇チンゲン菜のごまみそ和え◇	◇ひじき煮◇	◇グリルサラダ◇
	◇味噌汁◇	◇わかめスープ◇	◇バナナ◇	◇みかん◇	◇清まし汁◇	◇清まし汁◇	◇コーンスープ◇(豆乳入り)
材料	◇軟飯◇ 精白米 水	◇軟飯◇ 精白米 水	◇食パン◇ NEG耳なし食パン	◇わかめおにぎり・軟飯◇ 精白米 わかめご飯の素 白いりごま	◇軟飯◇ 精白米 水	◇軟飯◇ 精白米 水	◇食パン◇ NEG耳なし食パン
	◇カレイの磯辺焼き◇ カラスカリ 濃口醤油 本みりん 合成酒 青のり	◇そぼろ煮◇ 豚挽き肉 たまねぎ 生椎茸 人参 三温糖 薄口醤油 濃口醤油 だし汁 片栗粉	◇ポークピーンズ◇ 豚ももスライス たまねぎ 人参 じゃがいも(メークイン) 大豆水煮 サラダ油 おろし生姜 トマトケチャップ ダイストマト 三温糖 食塩 水	◇鶏肉の照り焼き◇ 鶏もも 濃口醤油 本みりん 合成酒 片栗粉	◇カレイの塩焼き◇ カラスカリ 食塩	◇豚肉の焼肉風◇ 豚ももスライス たまねぎ もやし 人参 白味噌 白ねりごま 三温糖 濃口醤油 だし汁	◇鶏肉のパン粉焼◇ 鶏もも 食塩 ドライパン粉 サラダ油
	◇厚揚げの炒め物◇ 生揚げ(厚揚) チンゲン菜 鶏挽き肉 人参 濃口醤油 食塩 三温糖 片栗粉 青のり	◇ビーフンサラダ◇ ビーフン キャベツ 人参 こま油 濃口醤油 三温糖 米酢 白すりごま	◇マカロニサラダ◇ マカロニ ブロッコリー 人参 薄口醤油 食塩	◇豚汁◇ 大根 人参 白菜 しめじ(ぶなしめじ) 木綿豆腐 油揚げ 豚ももスライス 薄口醤油 食塩 だし汁 白味噌	◇清まし汁◇ 白菜 しめじ(ぶなしめじ) 薄口醤油 食塩 だし汁	◇ひじき煮◇ ひじき 三温糖 濃口醤油 人参 さやいんげん だし汁	◇グリルサラダ◇ 南瓜 カリフラワー ブロッコリー サラダ油 食塩 濃口醤油 三温糖
	◇味噌汁◇ たまねぎ えのき茸 だし汁 白味噌	◇わかめスープ◇ もやし カットわかめ 薄口醤油 食塩 水	◇バナナ◇ バナナ	◇みかん◇ みかん	◇柿◇ 柿	◇清まし汁◇ 充填豆腐(網) カットわかめ 薄口醤油 食塩 だし汁	◇コーンスープ◇(豆乳入り) クリームコーン缶 カーネルコーン 豆乳 チキンコンソメ 食塩 水 片栗粉
	◇りんご◇ りんご	◇ヨーグルト◇ チヤス低糖ヨーグルト				◇りんご◇ りんご	◇みかん◇ みかん
3時 おや つ	◇サブレ◇	◇大学芋◇蒸	◇フルーツヨーグルト◇	◇かぼちゃキャロット◇	◇マカロニみたらし◇	◇さつま芋クッキー◇卵不使用	◇ゆかりおにぎり◇軟
	11月11日(水)	11月12日(木)	11月13日(金)	11月14日(土)	11月16日(月)	11月17日(火)	11月18日(水)
朝 おや つ 給 食	◇しらす&わかめせんべい◇	◇野菜入りソフトおせんべい◇	◇ハイハイン◇	◇小魚せんべい◇	◇岩塚のお子様せんべい◇	◇しらす&わかめせんべい◇	◇野菜入りソフトおせんべい◇
	◇軟飯◇	◇肉うどん◇	◇軟飯◇	◇軟飯◇	◇軟飯◇	◇焼きうどん◇	◇軟飯◇
	◇さわらの幽庵焼き◇	◇高野豆腐の煮物◇	◇カレイの西京焼き◇	◇豚肉の生姜焼き◇	◇カレイの生姜焼き◇	◇人参のごま和え◇	◇鶏肉の煮物◇
	◇ほうれん草の納豆和え◇	◇柿◇	◇ゆかり和え◇	◇ブロッコリー・サラダ◇	◇大根の煮物◇	◇わかめスープ◇	◇チンゲン菜のじゃこサラダ◇
	◇味噌汁◇		◇清まし汁◇	◇味噌汁◇	◇味噌汁◇	◇柿◇	◇清まし汁◇
材料	◇ヨーグルト◇		◇バナナ◇	◇みかん◇	◇りんご◇		◇ヨーグルト◇
	◇軟飯◇ 精白米 水	◇肉うどん◇ うどん 豚ももスライス たまねぎ	◇軟飯◇ 精白米 水	◇軟飯◇ 精白米 水	◇軟飯◇ 精白米 水	◇焼きうどん◇ うどん キャベツ もやし	◇軟飯◇ 精白米 水
	◇さわらの幽庵焼き◇ サワラ 本みりん 濃口醤油 合成酒 刻みゆず	◇小松菜 人参 三温糖 濃口醤油 だし汁 薄口醤油 本みりん 食塩	◇カレイの西京焼き◇ カラスカリ 白味噌 白味噌 本みりん 三温糖 合成酒	◇豚肉の生姜焼き◇ 豚ももスライス たまねぎ おろし生姜 本みりん 三温糖 本みりん 合成酒	◇カレイの生姜焼き◇ カラスカリ 薄口醤油 本みりん 合成酒 おろし生姜	◇人参のごま和え◇ 人参 三温糖 濃口醤油 ウスター・ソース 青のり 花かつお	◇鶏肉の煮物◇ 鶏むね 三温糖 濃口醤油 だし汁 片栗粉
	◇ほうれん草の納豆和え◇ ほうれん草 えのき茸 納豆 薄口醤油	◇高野豆腐の煮物◇ 高野豆腐 生椎茸 濃口醤油 食塩 三温糖 片栗粉	◇ゆかり和え◇ 白菜 人参 ゆかり ゆかり 薄口醤油 三温糖	◇ブロッコリー・サラダ◇ ブロッコリー カリフラワー 人参 薄口醤油 食塩	◇大根の煮物◇ 大根 人参 生椎茸 油揚げ サラダ油 三温糖 薄口醤油 食塩	◇人参のごま和え◇ 人参 三温糖 濃口醤油 だし汁 白すりごま 三温糖 濃口醤油 サラダ油 米酢	◇チンゲン菜のじゃこサラダ◇ チンゲン菜 三温糖 油揚げ・しらす カーネルコーン 三温糖 濃口醤油 サラダ油 米酢
	◇味噌汁◇ たまねぎ 白菜 人参 だし汁 白味噌	◇柿◇	◇清まし汁◇ 充填豆腐(網) しめじ(ぶなしめじ) 薄口醤油 食塩 だし汁	◇味噌汁◇ 大根 油揚げ だし汁 白味噌	◇味噌汁◇ えのき茸 小町麩 だし汁 白味噌	◇さやいんげん だし汁 食塩 薄口醤油	◇清まし汁◇ 充填豆腐(網) たまねぎ 薄口醤油 食塩 だし汁
	◇ヨーグルト◇ チヤス低糖ヨーグルト		◇柿◇	◇バナナ◇ バナナ	◇みかん◇ みかん	◇柿◇ 柿	◇ヨーグルト◇ チヤス低糖ヨーグルト
	◇じやが芋もち◇醤油	◇豆腐みたらし◇	◇きなこマカロニ◇	◇さつま芋マッシュ◇	◇フレチーズト◇(豆乳入・卵なし)	◇こぎつねおにぎり◇軟	◇手作りクッキー◇卵不使用

11月19日(木)		11月20日(金)		11月21日(土)		11月24日(火)		11月25日(水)		11月26日(木)		11月27日(金)	
朝おやつ	◇ハイハイン◇	◇小魚せんべい◇	◇岩塚のお子様せんべい◇	◇しらす&わかめせんべい◇	◇野菜入りソトおせんべい◇	◇ハイハイン◇	◇小魚せんべい◇						
給食	◇軟飯◇	◇軟飯◇	◇軟飯◇	◇軟飯◇	◇チキンときのこのスパゲティ◇	◇軟飯◇	◇食パン◇						
	◇ポトフ◇	◇鶏肉の照り焼き◇	◇豚肉の味噌炒め◇	◇さわらの竜田焼き◇	◇南瓜サラダ◇	◇カレイのちゃんちゃん焼き◇	◇手作りコロッケ◇焼き						
	◇大根のサラダ◇	◇ほうれん草の白和え◇	◇白菜のごま和え◇	◇ひじき煮◇	◇和風野菜スープ◇	◇じゃがバター炒め◇	◇花野菜サラダ◇						
	◇みかん◇	◇味噌汁◇	◇清まし汁◇	◇味噌汁◇	◇バナナ◇	◇清まし汁◇	◇野菜スープ◇						
	◇バナナ◇	◇りんご◇	◇柿◇			◇ヨーグルト◇	◇みかん◇						
材料	◇軟飯◇ 精白米 水	◇軟飯◇ 精白米 水	◇軟飯◇ 精白米 水	◇軟飯◇ 精白米 水	◇チキンときのこのスパゲティ スパゲティー 鶏もも小間 小麦粉(薄力粉) たまねぎ しめじ(ぶなしめじ) エリンギ ダイストマト トマトケチャップ 食塩 三温糖	◇軟飯◇ 精白米 水	◇食パン◇ NEG耳なし食パン						
	◇ボトフ◇ 豚挽き肉 たまねぎ じゃがいも(マークイン) 人参 サラダ油 濃口醤油 食塩 だし汁	◇鶏肉の照り焼き◇ 鶏もも 濃口醤油 三温糖 合成酒 片栗粉	◇豚肉の味噌炒め◇ 豚ももスライス たまねぎ もやし サラダ油 おろし生姜 白味噌 三温糖 濃口醤油	◇さわらの竜田焼き◇ サフラ 薄口醤油 本みりん 合成酒 おろし生姜 片栗粉	◇南瓜サラダ◇ 南瓜 人参 薄口醤油 食塩	◇カレイのちゃんちゃん焼き◇ カラスカレイ キャベツ 人参 たまねぎ しめじ(ぶなしめじ) 白味噌 三温糖 本みりん 合成酒	◇手作りコロッケ◇焼き じゃがいも(マークイン) 豚挽き肉 たまねぎ 三温糖 濃口醤油 小麦粉(薄力粉) ドライパン粉						
	◇大根のサラダ◇ 大根 胡瓜 人参 米酢 薄口醤油 三温糖 ごま油	◇ほうれん草の白和え◇ 木綿豆腐 白ねりごま 三温糖 食塩 濃口醤油 ほうれん草 人参 薄口醤油 三温糖	◇白菜のごま和え◇ 白菜 人参 白すりごま 三温糖 濃口醤油 合成酒 本みりん だし汁	◇ひじき煮◇ ひじき 人参 さやいんげん 三温糖 濃口醤油 合成酒 本みりん だし汁	◇和風野菜スープ◇ キャベツ もやし カーネルコーン 食塩 薄口醤油	◇じゃがバター炒め◇ じゃがいも(マークイン) たまねぎ プロッコリー キャベツ バター 食塩 薄口醤油	◇野菜スープ◇ たまねぎ エリンギ カーネルコーン だし汁 濃口醤油 食塩						
	◇みかん◇ みかん	◇味噌汁◇ 白菜 油揚げ だし汁 白味噌	◇清まし汁◇ 大根 しめじ(ぶなしめじ) 濃口醤油 食塩 だし汁	◇味噌汁◇ 充填豆腐(緑) カットわかめ だし汁 白味噌	◇バナナ◇ バナナ	◇清まし汁◇ 大根 油揚げ 薄口醤油 食塩 だし汁	◇ヨーグルト◇ チヤス低糖ヨーグルト						
	◇バナナ◇	◇バナナ◇	◇りんご◇ りんご	◇柿◇									
3時おやつ	◇豆乳きなこもち◇	◇ふかし芋◇	◇じゃが芋マッシュ◇	◇りんごサンド◇	◇お麸スイ◇	◇手作りクッキー◇卵不使用	◇りんごジャムサンド◇						
	11月28日(土)	11月30日(月)											
朝おやつ	◇岩塚のお子様せんべい◇	◇しらす&わかめせんべい◇											
給食	◇軟飯◇	◇軟飯◇											
	◇鶏肉のじぶ煮◇	◇豚肉の生姜焼き◇											
	◇白菜の和えもの◇	◇ほうれん草の和えもの◇											
	◇味噌汁◇	◇味噌汁◇											
	◇りんご◇	◇ヨーグルト◇											
材料	◇軟飯◇ 精白米 水	◇軟飯◇ 精白米 水											
	◇鶏肉のじぶ煮◇ 鶏もも おろし生姜 小麦粉(薄力粉) 片栗粉 人参 大根 生椎茸 だし汁 濃口醤油 三温糖 本みりん	◇豚肉の生姜焼き◇ 豚ももスライス たまねぎ おろし生姜 濃口醤油 三温糖 本みりん 合成酒 サラダ油											
	◇白菜の和えもの◇ 白菜 もやし チンゲン菜 薄口醤油 三温糖 米酢	◇ほうれん草の和えもの◇ ほうれん草 人参 薄口醤油 三温糖 だし汁											
	◇味噌汁◇ 小町麩 えのき茸 だし汁 白味噌	◇味噌汁◇ さつまいも カットわかめ 白味噌 だし汁											
	◇りんご◇ りんご	◇ヨーグルト◇ チヤス低糖ヨーグルト											
3時おやつ	◇豆腐きなこ◇	◇里芋のおやき◇											



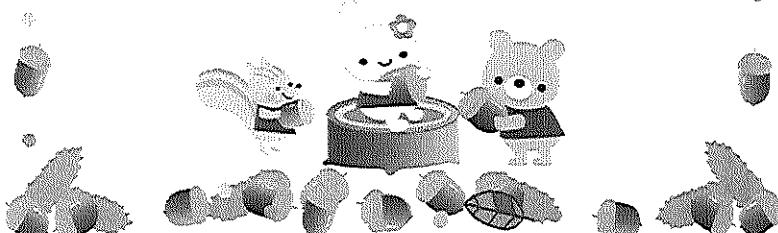
<今月使用の旬の食材>

さつまいも りんご 柿 はくさい

みかん カリフラワー ブロッコリー じゃがいも

にんじん しめじ エリンギ 里芋

27日…お誕生日メニュー

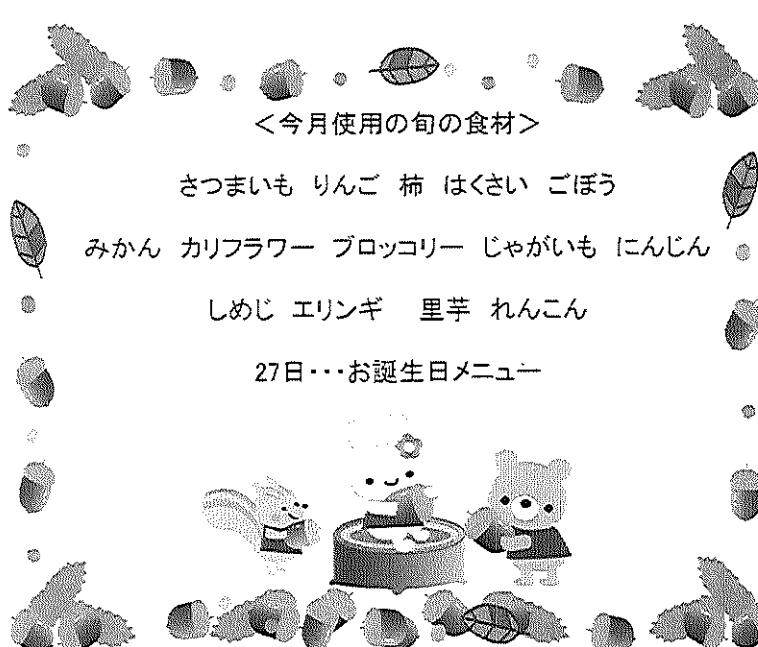


令和2年 野上あゆみ保育園

11月献立表(完了食)

11月2日(月)		11月4日(水)	11月5日(木)	11月6日(金)	11月7日(土)	11月9日(月)	11月10日(火)
朝おやつ	◇牛乳△ ◇小魚せんべい△	◇牛乳△ ◇岩塚のお子様せんべい△	◇牛乳△ ◇しらす&わかめせんべい△	◇牛乳△ ◇野菜入りソフトおせんべい△	◇牛乳△ ◇ハイハイン△	◇牛乳△ ◇小魚せんべい△	◇牛乳△ ◇岩塚のお子様せんべい△
給食	◇ご飯△ ◇カレイの磯辺焼き△ ◇厚揚げの炒め物△ ◇味噌汁△ ◇りんご△	◇五目チャーハン△ ◇ビーフンサラダ△ ◇中華スープ△ ◇ヨーグルト△	◇NEGロールパン△ ◇ポークピーンズ△ ◇マカロニサラダ△ ◇バナナ△ ◇牛乳△	◇わかめおにぎり△ ◇鶏肉の照り焼き△ ◇豚汁△ ◇みかん△	◇ご飯△ ◇カレイの塩焼き△ ◇チンゲン菜のごまみそ和え△ ◇清まし汁△ ◇柿△	◇ご飯△ ◇豚肉の焼肉風△ ◇ひじきサラダ△ ◇清まし汁△ ◇りんご△	◇牛乳△ ◇食パン△ ◇鶏肉のパン粉焼△ ◇グリルサラダ△ ◇コーンスープ△(豆乳入り) ◇みかん△ ◇牛乳△
材料	◇ご飯△ 精白米 水 ◇カレイの磯辺焼き△ カラスルイ 薄口醤油 本みりん 合成酒 青のり ◇厚揚げの炒め物△ 生揚げ(厚揚) チンゲン菜 鶏挽き肉 人参 濃口醤油 食塩 三温糖 片栗粉 こま油 ◇味噌汁△ たまねぎ えのき茸 だし汁 白味噌 ◇りんご△ りんご	◇五目チャーハン△ 精白米 サラダ油 ガラスープ(顆粒) 水 豚挽き肉 たまねぎ 生椎茸 人参 こま油 食塩 濃口醤油 ガラスープ(顆粒) ◇ビーフンサラダ△ ビーフン キャベツ 人参 ライツナフレーク油漬 こま油 濃口醤油 三温糖 米餅 白すりごま ◇中華スープ△ もやし カットわかめ ガラスープ(顆粒) 薄口醤油 食塩 水 青ねぎ ◇ヨーグルト△ チヤス低糖ヨーグルト	◇NEGロールパン△ NEGロールパン 水 ◇ボークピーンズ△ 豚ももスライス たまねぎ 人参 じゃがいも(メークイン) 大豆水煮 サラダ油 おろし生姜 おろしにんにく チキンコンソメ トマトケチャップ ダイストマト 三温糖 食塩 水 ◇マカロニサラダ△ マカロニ ブロッコリー 人参 マヨドレ(卵不使用) 食塩 ◇パナナ△ パナナ ◇牛乳△ 牛乳	◇わかめおにぎり△ 精白米 わかめご飯の素 白いりごま ◇鶏肉の照り焼き△ 鶏もも 濃口醤油 本みりん 合成酒 片栗粉 ◇豚汁△ 大根 人参 白菜 こぼう しめじ(ぶなしめじ) 木綿豆腐 油揚げ 白滙(糸こんにゃく) 豚ももスライス 濃口醤油 食塩 だし汁 白味噌 青ねぎ ◇清まし汁△ 白菜 しめじ(ぶなしめじ) 薄口醤油 食塩 だし汁 ◇柿△ 柿 ◇みかん△ みかん	◇ご飯△ 精白米 水 ◇カレイの塩焼き△ カラスカレイ 食塩 ◇チンゲン菜のごまみそ和え△ もやし 人参 白味噌 白ねりごま 三温糖 濃口醤油 だし汁 ◇清まし汁△ 充填豆腐(絹) カットわかめ 薄口醤油 食塩 だし汁 ◇柿△ 柿 ◇清まし汁△ 充填豆腐(絹) カットわかめ 薄口醤油 食塩 だし汁 ◇りんご△ りんご	◇食パン△ NEG豆なし食パン ◇鶏肉のパン粉焼△ 鶏もも 食塩 ドライパン粉 バルメザンチーズ サラダ油 ◇グリルサラダ△ 南瓜 れんこん カリフラワー ブロッコリー サラダ油 食塩 濃口醤油 三温糖 ◇コーンスープ△ クリームコーン缶 カーネルコーン 豆乳 チキンコンソメ 食塩 水 片栗粉 ◇みかん△ みかん ◇牛乳△ 牛乳	
3時おやつ	◇牛乳△ ◇ココアサブレ△	◇牛乳△ ◇大学芋△蒸	◇麦茶△ ◇フルーツヨーグルト△	◇牛乳△ ◇かぼちゃキャロット△	◇牛乳△ ◇マカロニみたらし△	◇牛乳△ ◇さつま芋クッキー△卵不使用	◇麦茶△ ◇ゆかりおにぎり△
11月11日(水)		11月12日(木)	11月13日(金)	11月14日(土)	11月16日(月)	11月17日(火)	11月18日(水)
朝おやつ	◇牛乳△ ◇しらす&わかめせんべい△	◇牛乳△ ◇野菜入りソフトおせんべい△	◇牛乳△ ◇ハイハイン△	◇牛乳△ ◇小魚せんべい△	◇岩塚のお子様せんべい△	◇しらす&わかめせんべい△	◇野菜入りソフトおせんべい△
給食	◇ご飯△ ◇さわらの幽庵焼き△ ◇ほうれん草の納豆和え△ ◇味噌汁△ ◇ヨーグルト△	◇肉うどん△ ◇高野豆腐の煮物△ ◇柿△ ◇清まし汁△ ◇バナナ△	◇ご飯△ ◇鮭の西京焼き△ ◇ゆかり和え△ ◇清まし汁△ ◇みかん△	◇ご飯△ ◇豚肉のねぎ炒め△ ◇カレイの香味焼き△ ◇味噌汁△ ◇みかん△	◇ご飯△ ◇切干大根の煮物△ ◇わかれスープ△ ◇味噌汁△ ◇りんご△	◇焼きそば△ ◇れんこんのごまドレ和え△ ◇わかれスープ△ ◇味噌汁△ ◇りんご△	◇ご飯△ ◇鶏肉の煮物△ ◇チンゲン菜のじゃこサラダ△ ◇清まし汁△ ◇ヨーグルト△
材料	◇ご飯△ 精白米 水 ◇さわらの幽庵焼き△ サワラ 本みりん 薄口醤油 合成酒 刻みゆず ◇ほうれん草の納豆和え△ えのき茸 納豆 薄口醤油 ◇味噌汁△ たまねぎ 白菜 人参 だし汁 白味噌 ◇ヨーグルト△ チヤス低糖ヨーグルト	◇肉うどん△ うどん 豚ももスライス たまねぎ 小松菜 人参 三温糖 濃口醤油 だし汁 薄口醤油 本みりん 食塩 ◇ほうれん草の納豆和え△ 高野豆腐 生椎茸 薄口醤油 食塩 三温糖 本みりん 食塩 ◇高野豆腐の煮物△ 高野豆腐 生椎茸 薄口醤油 食塩 三温糖 ◇柿△ 柿	◇ご飯△ 精白米 水 ◇鮭の西京焼き△ トラトサーモン 白味噌 白味噌 本みりん 三温糖 合成酒 ◇ゆかり和え△ 白菜 人参 ゆかり 薄口醤油 三温糖 ◇清まし汁△ 充填豆腐(絹) しめじ(ぶなしめじ) 薄口醤油 食塩 だし汁 青ねぎ ◇柿△ 柿	◇ご飯△ 精白米 水 ◇豚肉のねぎ炒め△ 豚ももスライス たまねぎ 長葱 青ねぎ おろし生姜 おろしにんにく 濃口醤油 三温糖 ◇切干大根の煮物△ 本みりん 合成酒 サラダ油 ◇チーズサラダ△ ブロッコリー 人参 チーズ マヨドレ(卵不使用) 食塩 ◇味噌汁△ えのき茸 小町麩 だし汁 白味噌 ◇柿△ 柿	◇ご飯△ 精白米 水 ◇カレイの香味焼き△ カラスカレイ 薄口醤油 本みりん サラダ油 焼きそばソース ウスターソース 青のり 花かつお ◇切干大根の煮物△ 切干し大根 人参 生椎茸 油揚げ サラダ油 三温糖 濃口醤油 だし汁 ◇味噌汁△ えのき茸 小町麩 だし汁 白味噌 青ねぎ ◇味噌汁△ みかん△ みかん	◇焼きそば△ 蒸し中華めん キャベツ もやし たまねぎ 人参 豚ももスライス サラダ油 焼きそばソース ウスターソース 青のり 花かつお ◇れんこんのごまドレ和え△ れんこん 人参 三温糖 濃口醤油 だし汁 ◇味噌汁△ えのき茸 小町麩 だし汁 白味噌 青ねぎ ◇わかれスープ△ カットわかめ もやし だし汁 食塩 薄口醤油 ◇柿△ 柿	◇ご飯△ 精白米 水 ◇鶏肉の煮物△ 鶏むね 三温糖 薄口醤油 だし汁 片栗粉 ◇チンゲン菜のじゃこサラダ△ チンゲン菜 もやし 釜揚げしらす カーネルコーン 三温糖 濃口醤油 サラダ油 米酢 ◇清まし汁△ 充填豆腐(絹) たまねぎ 薄口醤油 食塩 だし汁 ◇ヨーグルト△ チヤス低糖ヨーグルト
3時おやつ	◇牛乳△ ◇じゅが芋もち△醤油	◇牛乳△ ◇豆腐みたらし△	◇牛乳△ ◇きなこマカロニ△	◇牛乳△ ◇さつま芋マッシュ△	◇牛乳△ ◇フレンチトースト△(卵なし)	◇麦茶△ ◇こぎつねおにぎり△	◇牛乳△ ◇手作りクッキー△卵不使用

11月19日(木)		11月20日(金)		11月21日(土)		11月24日(火)		11月25日(水)		11月26日(木)		11月27日(金)		
朝食	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	
	◇ハイハイン△	◇小魚せんべい△	◇岩塚のお子様せんべい△	◇しらす&わかめせんべい△	◇野菜入りソフトおせんべい△	◇ハイハイン△	◇牛乳△	◇ハイハイン△	◇牛乳△	◇ハイハイン△	◇牛乳△	◇小魚せんべい△	◇食パン△	
	◇ひき肉のカレー△	◇ご飯△	◇ご飯△	◇ご飯△	◇さわらの竜田焼き△	◇南瓜サラダ△	◇鮭のちゃんちゃん焼き△	◇手作りコロッケ△焼き	◇ご飯△	◇ご飯△	◇ご飯△	◇牛乳△	◇食パン△	
	◇大根のツナサラダ△	◇鶏肉の照り焼き△	◇豚肉の味噌炒め△	◇白菜のごま和え△	◇ひじき煮△	◇和風野菜スープ△	◇じゃがバター炒め△	◇花野菜サラダ△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇みかん△	◇コンソメスープ△	
	◇みかん△	◇ほうれん草の白和え△	◇味噌汁△	◇清まし汁△	◇味噌汁△	◇バナナ△	◇清まし汁△	◇ヨーグルト△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	
材料	◇ひき肉のカレー△ 精白米 豚挽き肉 たまねぎ 人参 じゃがいも(マークイン) サラダ油 バター 小麦粉(薄力粉) カレー粉 トマトケチャップ チキンコンソメ ウスターソース 濃口醤油 食塩	◇ご飯△ 精白米 水	◇ご飯△ 精白米 水	◇ご飯△ 精白米 水	◇さわらの竜田焼き△ サワラ 薄口醤油 本みりん 合成酒 おろし生姜 白味噌 片栗粉	◇チキンときのこのスパゲティ△ 小麦粉(薄力粉) たまねぎ しめじ(ぶなしめじ) エリンギ おろしにんにく ダイストマト トマトケチャップ 食塩 チキンコンソメ 三温糖	◇ご飯△ 精白米 水	◇鮭のちゃんちゃん焼き△ トラトサーモン キャベツ 人参 たまねぎ 三温糖 濃口醤油 小麦粉(薄力粉) ドライパン粉	◇食パン△ NEG耳なし食パン	◇手作りコロッケ△焼き じゃがいも(マークイン) 豚挽き肉 たまねぎ 三温糖 濃口醤油 小麦粉(薄力粉) ドライパン粉	◇花野菜サラダ△ ブロッコリー カリフラワー 人参 米酢 薄口醤油 三温糖 こま油	◇コンソメスープ△ たまねぎ エリンギ カーネルコーン チキンコンソメ 水 薄口醤油 食塩	◇みかん△ みかん ◇牛乳△ 牛乳	
	◇大根のツナサラダ△ 大根 胡瓜 人参 ラットツナフレーク油漬 米酢 濃口醤油 三温糖 こま油	◇鶏肉の照り焼き△ 鶏もも 濃口醤油 三温糖 合成酒 片栗粉	◇豚肉の味噌炒め△ 豚ももスライス たまねぎ もやし サラダ油 本みりん 合成酒 おろし生姜 白味噌 片栗粉	◇ほうれん草の白和え△ 木綿豆腐 白ねりごま 三温糖 食塩 濃口醤油 三温糖	◇白菜のごま和え△ 白菜 人参 白すりごま 三温糖 濃口醤油 本みりん だし汁	◇ひじき煮△ ひじき 人参 さやいんげん 三温糖 濃口醤油 合成酒 本みりん だし汁	◇南瓜サラダ△ 南瓜 人参 マヨドレ(卵不使用) 食塩	◇じゃがバター炒め△ じゃがいも(マークイン) たまねぎ ブロッコリー サラダ油 バター 食塩 薄口醤油	◇和風野菜スープ△ キャベツ もやし 冷)カーネルコーン 食塩 薄口醤油 だし汁	◇清まし汁△ 大根 油揚げ だし汁 白味噌 だし汁	◇バナナ△ バナナ	◇ヨーグルト△ チヤス低糖ヨーグルト	◇みかん△ みかん ◇牛乳△ 牛乳	
	◇みかん△ みかん	◇味噌汁△ 白菜 油揚げ だし汁 白味噌 だし汁	◇清まし汁△ 大根 しめじ(ぶなしめじ) 薄口醤油 食塩 だし汁	◇味噌汁△ 充填豆腐(絹) カットわかめ だし汁 白味噌 だし汁	◇柿△ 柿	◇柿△ 柿	◇バナナ△ バナナ	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇オレンジジュース△	◇りんごジャムサンド△	
	◇ご飯△ 精白米 水	◇ご飯△ 精白米 水	◇ご飯△ 精白米 水	◇ほうれん草の和えもの△ ほうれん草 人参 薄口醤油 三温糖 本みりん	◇りんご△ りんご	◇りんご△ りんご	◇牛乳△	◇手作りカッキー△卵不使用	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	
	◇白菜の和えもの△ 白菜 もやし チゲンゲン菜 濃口醤油 三温糖 米酢	◇ご飯△ 精白米 水	◇ご飯△ 精白米 水	◇味噌汁△ さつまいも カットわかめ 白味噌 だし汁	◇ヨーグルト△ チヤス低糖ヨーグルト	◇ヨーグルト△ チヤス低糖ヨーグルト	◇牛乳△	◇手作りカッキー△卵不使用	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	
材料	◇味噌汁△ 小町麩 えのき茸 だし汁 白味噌 青ねぎ	◇ご飯△ 精白米 水	◇豚肉の生姜焼き△ 豚ももスライス たまねぎ おろし生姜 薄口醤油 三温糖 本みりん	◇ほうれん草の和えもの△ ほうれん草 人参 薄口醤油 三温糖 だし汁	◇味噌汁△ さつまいも カットわかめ 白味噌 だし汁	◇ヨーグルト△ チヤス低糖ヨーグルト	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	
	◇りんご△ りんご	◇ご飯△ 精白米 水	◇ご飯△ 精白米 水	◇ご飯△ 精白米 水	◇ご飯△ 精白米 水	◇ご飯△ 精白米 水	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	
	◇豆乳きなこ△	◇牛乳△	◇ふかし芋△	◇じゃが芋マッシュ△	◇りんごクリームサンド△	◇おむすき△	◇牛乳△	◇手作りカッキー△卵不使用	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	
	◇時おやつ	11月28日(土)	11月30日(月)											
	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△											
材料	◇牛乳△	◇牛乳△	◇岩塚のお子様せんべい△	◇しらす&わかめせんべい△										
	◇ご飯△	◇ご飯△	◇鶏肉のじぶ煮△	◇豚肉の生姜焼き△										
	◇白菜の和えもの△	◇白菜の和えもの△	◇ほうれん草の和えもの△	◇味噌汁△										
	◇味噌汁△	◇味噌汁△	◇味噌汁△	◇味噌汁△										
	◇りんご△	◇りんご△	◇ヨーグルト△	◇ヨーグルト△										
材料	◇ご飯△ 精白米 水	◇ご飯△ 精白米 水	◇豚肉の生姜焼き△ 豚ももスライス たまねぎ おろし生姜 薄口醤油 三温糖 本みりん	◇ほうれん草の和えもの△ ほうれん草 人参 薄口醤油 三温糖 だし汁	◇味噌汁△ さつまいも カットわかめ 白味噌 だし汁	◇ヨーグルト△ チヤス低糖ヨーグルト	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△
	◇鶏肉のじぶ煮△ 鶏もも おろし生姜 小麦粉(薄力粉) 片栗粉 人参 大根 生姜 だし汁 薄口醤油 三温糖 本みりん	◇ご飯△ 精白米 水	◇ご飯△ 精白米 水	◇ご飯△ 精白米 水	◇味噌汁△ さつまいも カットわかめ 白味噌 だし汁	◇ヨーグルト△ チヤス低糖ヨーグルト	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△
	◇白菜の和えもの△ 白菜 もやし チゲンゲン菜 濃口醤油 三温糖 米酢	◇ご飯△ 精白米 水	◇ご飯△ 精白米 水	◇ご飯△ 精白米 水	◇味噌汁△ さつまいも カットわかめ 白味噌 だし汁	◇ヨーグルト△ チヤス低糖ヨーグルト	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△
	◇味噌汁△ 小町麩 えのき茸 だし汁 白味噌 青ねぎ	◇ご飯△ 精白米 水	◇ご飯△ 精白米 水	◇ご飯△ 精白米 水	◇味噌汁△ さつまいも カットわかめ 白味噌 だし汁	◇ヨーグルト△ チヤス低糖ヨーグルト	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△
	◇りんご△ りんご	◇ご飯△ 精白米 水	◇ご飯△ 精白米 水	◇ご飯△ 精白米 水	◇味噌汁△ さつまいも カットわかめ 白味噌 だし汁	◇ヨーグルト△ チヤス低糖ヨーグルト	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△
3時おやつ	◇牛乳△	◇牛乳△	◇豆乳きなこ△	◇豆乳きなこ△	◇豆乳きなこ△	◇豆乳きなこ△	◇豆乳きなこ△	◇豆乳きなこ△	◇豆乳きなこ△	◇豆乳きなこ△	◇豆乳きなこ△	◇豆乳きなこ△	◇豆乳きなこ△	◇豆乳きなこ△
	◇豆乳きなこ△	◇豆乳きなこ△	◇豆乳きなこ△	◇豆乳きなこ△	◇豆乳きなこ△	◇豆乳きなこ△	◇豆乳きなこ△	◇豆乳きなこ△	◇豆乳きなこ△	◇豆乳きなこ△	◇豆乳きなこ△	◇豆乳きなこ△	◇豆乳きなこ△	◇豆乳きなこ△



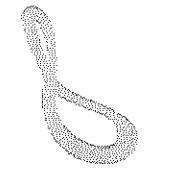
27日…お誕生日メニュー

さつまいも りんご 柿 はくさい ごぼう

みかん カリフラワー ブロッコリー ジャガイモ にんじん

しめじ エリンギ 里芋 れんこん

＜今月使用の旬の食材＞



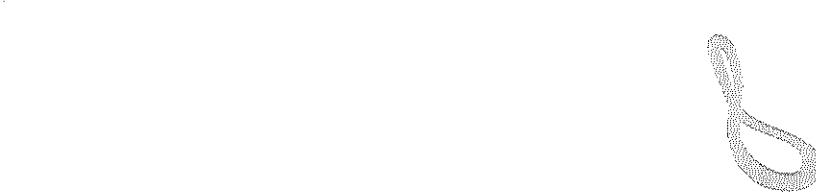
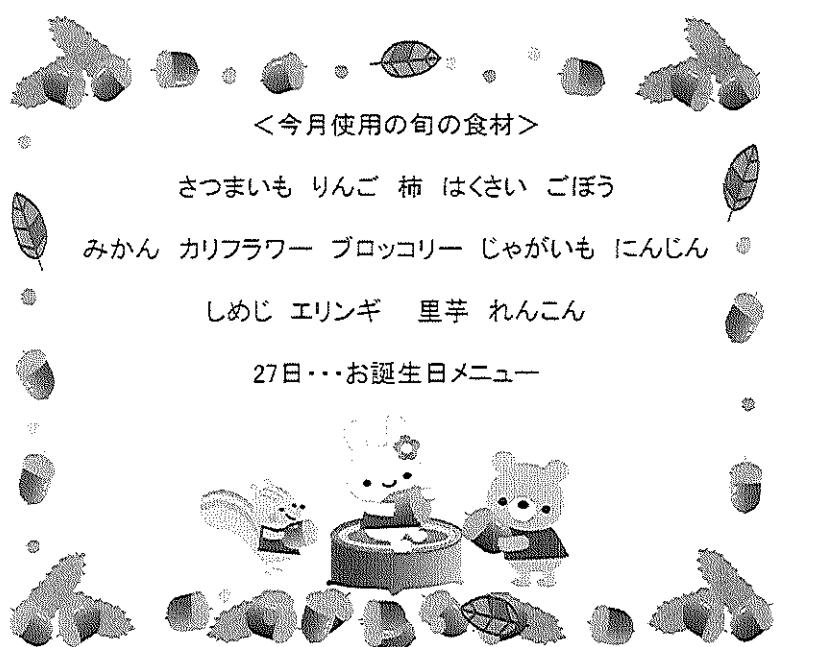
LEOC

令和2年 野上あゆみ保育園

11月献立表(乳児食)

11月2日(月)		11月4日(水)		11月5日(木)		11月6日(金)		11月7日(土)		11月9日(月)		11月10日(火)		
朝 おや つ	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇ハイハイン△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	
	◇小魚せんべい△	◇岩塚のお子様せんべい△	◇しらす&わかめせんべい△	◇野菜入りソフトおせんべい△						◇小魚せんべい△		◇岩塚のお子様せんべい△		
	◇ご飯△	◇五目チャーハン△	◇NEGロールパン△	◇わかめおにぎり△	◇ご飯△					◇ご飯△		◇NEG黒糖ロールパン△		
	◇カレイの磯辺焼き△	◇ビーフンサラダ△	◇ポークピーンズ△	◇鶏の唐揚げ△	◇さんまの塩焼き△					◇豚肉の焼肉風△		◇鶏肉のパン粉焼△		
	◇厚揚げの炒め物△	◇中華スープ△	◇マカラニサラダ△	◇豚汁△	◇チンゲン菜のごまみそ和え△	◇ひじきサラダ△				◇ひじきサラダ△		◇グリルサラダ△		
給 食	◇味噌汁△	◇ヨーグルト△	◇バナナ△	◇みかん△	◇清まし汁△	◇清まし汁△	◇柿△			◇清まし汁△		◇コーンスープ△(豆乳入り)		
	◇りんご△		◇牛乳△							◇りんご△		◇みかん△		
	◇ご飯△ 精白米 水	◇五目チャーハン△ 精白米 サラダ油 ガラスープ(顆粒) 水 豚挽き肉 たまねぎ 生椎茸 人参 鶏卵 こま油 食塩 濃口醤油 食塩 三温糖 片栗粉 こま油	◇NEGロールパン△ NEGロールパン ガラスープ(顆粒) 水 豚ももスライス たまねぎ 人参 じゃがいも(メークイン) 大豆水煮 サラダ油 おろし生姜 おろしにんにく チキンコンソメ トマトケチャップ ダイストマト 三温糖 食塩 水	◇わかめおにぎり△ 精白米 わかめご飯の素 白いりごま	◇ご飯△ 精白米 水	◇さんまの塩焼き△ サンマ 食塩	◇豚肉の焼肉風△ 豚ももスライス たまねぎ もしやし 白味噌 三温糖 濃口醤油	◇NEG黒糖ロールパン△ 黒糖ロールパン	◇鶏肉のパン粉焼△ 鶏もも 食塩 ドライパン粉 バルメザンチーズ サラダ油			◇グリルサラダ△ 南瓜 れんこん カリフラワー ブロッコリー サラダ油 食塩 濃口醤油 三温糖		
	◇厚揚げの炒め物△ 生揚げ(厚揚) チキンゲン菜 鶏挽き肉 人参 濃口醤油 食塩 三温糖 片栗粉 こま油	◇ビーフンサラダ△ ビーフン キャベツ 人参 ラトウナフレーク油漬 こま油 濃口醤油 三温糖 米酢 白いりごま	◇マカラニサラダ△ マカラニ プロッコリー 人参 マヨドレ(卵不使用) 食塩	◇豚汁△ 大根 人参 白菜 こぼう しめじ(ぶなしめじ) 木綿豆腐 油揚げ 白味噌 白いりごま	◇豚汁△ 大根 人参 白菜 こぼう しめじ(ぶなしめじ) 木綿豆腐 油揚げ 白味噌 白いりごま	◇清まし汁△ 白菜 しめじ(ぶなしめじ) 木綿豆腐 油揚げ 白味噌 白いりごま	◇ひじきサラダ△ ひじき 三温糖 濃口醤油 人参 さやいんげん ラトウナフレーク油漬 マヨドレ(卵不使用)	◇コーンスープ△(豆乳入り) クリームコーン缶 カーネルコーン 豆乳 チキンコンソメ 食塩 水 片栗粉			◇ご飯△ 精白米 水			
	◇味噌汁△ たまねぎ えのき茸 だし汁 白味噌	◇中華スープ△ もやし カットわかめ ガラスープ(顆粒) 濃口醤油 食塩 青ねぎ	◇バナナ△ バナナ	◇牛乳△ 牛乳	◇みかん△ みかん	◇柿△ 柿	◇清まし汁△ 充填豆腐(綱) カットわかめ 濃口醤油 食塩 だし汁	◇りんご△ りんご	◇りんご△ りんご	◇牛乳△ 牛乳				
3時 お や つ	◇りんご△ りんご	◇ヨーグルト△ チヤス低糖ヨーグルト												
	◇牛乳△	◇牛乳△	◇麦茶△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇麦茶△			
	◇ココアサブレ△	◇大学芋△	◇フルーツヨーグルト△	◇かぼちゃ蒸しパン△	◇あんドーナツ△	◇さつま芋クッキー△卵不使用	◇昆布おにぎり△							
	11月11日(水)	11月12日(木)	11月13日(金)	11月14日(土)	11月16日(月)	11月17日(火)	11月18日(水)							
	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△		
給 食	◇しらす&わかめせんべい△	◇野菜入りソフトおせんべい△	◇ハイハイン△	◇小魚せんべい△	◇岩塚のお子様せんべい△	◇しらす&わかめせんべい△	◇野菜入りソフトおせんべい△							
	◇ご飯△	◇肉うどん△	◇ご飯△	◇ご飯△	◇ご飯△	◇ご飯△	◇焼きそば△	◇ご飯△						
	◇さわらの幽庵焼き△	◇高野豆腐の玉子とじ△	◇鮭の西京焼き△	◇豚肉のねぎ炒め△	◇カレイの香味焼き△	◇れんこんのごまドレ和え△	◇鶏天△							
	◇春菊の納豆和え△	◇柿△	◇ゆかり和え△	◇チーズサラダ△	◇切干大根の煮物△	◇わかめスープ△	◇チキン菜のじゃこサラダ△							
	◇味噌汁△	◇ヨーグルト△	◇清まし汁△	◇味噌汁△	◇味噌汁△	◇柿△	◇清まし汁△	◇ヨーグルト△						
材料	◇ご飯△ 精白米 水	◇肉うどん△ うどん 豚ももスライス たまねぎ 小松菜 人参 三温糖 濃口醤油 だし汁 濃口醤油 本みりん 刻みゆず	◇ご飯△ 精白米 水	◇ご飯△ 精白米 水	◇ご飯△ 精白米 水	◇ご飯△ 精白米 水	◇焼きそば△ 蒸し中華めん キャベツ もしやし たまねぎ 人参 豚ももスライス 長葱 青ねぎ 本みりん 三温糖 合成酒	◇カレイの香味焼き△ カスカレイ 濃口醤油 本みりん サラダ油 焼きそばソース ウスターソース 青のり 花かつお	◇れんこんのごまドレ和え△ れんこん 人参 生椎茸 油揚げ サラダ油 三温糖 濃口醤油 だし汁	◇チキン菜のじゃこサラダ△ チキン菜 もしやし 釜揚げしらす カーネルコーン 三温糖 濃口醤油 サラダ油 米酢				
	◇春菊の納豆和え△ 菊菜 えのき茸 納豆 濃口醤油	◇高野豆腐の玉子とじ△	◇ゆかり和え△ 白菜 人参 焼きちくわ ゆかり 薄口醤油 三温糖	◇チーズサラダ△ プロッコリー カリフラワー	◇切干大根の煮物△ 切干し大根 人参 生椎茸 油揚げ サラダ油 三温糖 濃口醤油 だし汁	◇味噌汁△ えのき茸 充填豆腐(綱) しめじ(ぶなしめじ) 薄口醤油 食塩 だし汁 青ねぎ	◇味噌汁△ えのき茸 小町麩 だし汁 白味噌 青ねぎ	◇わかれめスープ△ カットわかめ もしやし だし汁 食塩 青ねぎ	◇チキン菜のじゃこサラダ△ チキン菜 もしやし 釜揚げしらす カーネルコーン 三温糖 濃口醤油 サラダ油 米酢					
	◇味噌汁△ たまねぎ 白菜 人参 だし汁 白味噌	◇ヨーグルト△ チヤス低糖ヨーグルト	◇柿△ 柿	◇清まし汁△ えのき茸 納豆 薄口醤油 糸みつば	◇柿△ 柿	◇味噌汁△ 大根 油揚げ だし汁 白味噌 青ねぎ	◇みかん△ みかん	◇りんご△ りんご	◇味噌汁△ えのき茸 小町麩 だし汁 白味噌 青ねぎ	◇わかれめスープ△ カットわかめ もしやし だし汁 食塩 青ねぎ	◇清まし汁△ 充填豆腐(綱) たまねぎ 薄口醤油 食塩 糸みつば	◇ヨーグルト△ チヤス低糖ヨーグルト		
	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇麦茶△	◇牛乳△	◇麦茶△	◇牛乳△	◇牛乳△			
	◇じゃが芋もち△醤油	◇豆腐ドーナツ△	◇セサミケーキ△	◇バームクーヘン△	◇フレンチトースト△	◇こぎつねおにぎり△	◇ざくざくクッキー△							

11月19日(木)		11月20日(金)		11月21日(土)		11月24日(火)		11月25日(水)		11月26日(木)		11月27日(金)	
朝食	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△
	◇ハイハイン△	◇小魚せんべい△	◇岩塚のお子様せんべい△	◇しらす&わかめせんべい△	◇野菜入りソフトおせんべい△	◇ハイハイン△	◇ご飯△	◇チキンときのこのスパゲティ△	◇ご飯△	◇ハイハイン△	◇小魚せんべい△	◇NEGぶどうパン△	
	◇ひき肉のカレー△	◇ご飯△	◇ご飯△	◇ご飯△	◇さわらの竜田揚げ△	◇南瓜サラダ△	◇鮭のちゃんちゃん焼き△	◇手作りロコッケ△	◇ご飯△	◇NEGぶどうパン△	◇NEGLーズンパン△	◇花野菜サラダ△	
	◇大根のツナサラダ△	◇鶏肉の照り焼き△	◇豚肉の味噌炒め△	◇白菜のごま和え△	◇ひじき煮△	◇和風野菜スープ△	◇じゃがバター炒め△	◇じやがバター炒め△	◇ご飯△	◇NEGぶどうパン△	◇NEGLーズンパン△	◇コンソメスープ△	
	◇みかん△	◇ほうれん草の白和え△	◇味噌汁△	◇清まし汁△	◇味噌汁△	◇バナナ△	◇清まし汁△	◇ヨーグルト△	◇柿△	◇みかん△	◇牛乳△	◇みかん△	
午前	◇ひき肉のカレー△ 精白米 豚挽き肉 たまねぎ 人参 じゃがいも(マークイン) サラダ油 バター 小麦粉(薄力粉) カレー粉 トマトケチャップ チキンコンソメ ウスターソース 濃口醤油 食塩	◇ご飯△ 精白米 水	◇ご飯△ 精白米 水	◇ご飯△ 精白米 水	◇さわらの竜田揚げ△ 鶏ももスライス たまねぎ もやし サラダ油 本みりん 合成酒 おろし生姜 白味噌 三温糖 濃口醤油	◇チキンときのこのスパゲティ△ スパゲティー 鶏もも小間 小麦粉(薄力粉) たまねぎ しめじ(ぶなしめじ) エリンギ おろしにんにく ダイストマト トマトケチャップ 食塩 チキンコンソメ 三温糖	◇ご飯△ 精白米 水	◇鮭のちゃんちゃん焼き△ トロトサーモン キャベツ 人参 たまねぎ 三温糖 濃口醤油 小麦粉(薄力粉) 鶏卵 三温糖 本みりん 合成酒	◇ご飯△ 精白米 水	◇花野菜サラダ△ プロッコリー カリフラワー 人参 米酢 濃口醤油 三温糖 ごま油			
	◇大根のツナサラダ△ 大根 胡瓜 人参 ライトツナフレーク油漬 米酢 薄口醤油 三温糖 こま油	◇鶏肉の照り焼き△ 鶏もも 濃口醤油 三温糖 片栗粉	◇豚肉の味噌炒め△ 豚ももスライス たまねぎ もやし サラダ油 本みりん 合成酒 おろし生姜 白味噌 三温糖 濃口醤油	◇白菜のごま和え△ 白菜 人参 白すりごま 三温糖 濃口醤油 だし汁	◇ひじき煮△ ひじき 人参 焼きちくわ さやいんげん 三温糖 濃口醤油 合成酒 本みりん だし汁	◇南瓜サラダ△ 南瓜 人参 レーズン マヨドレ(卵不使用) 食塩	◇じゃがバター炒め△ じゃがいも(マークイン) たまねぎ プロッコリー サラダ油 バター 食塩 薄口醤油	◇和風野菜スープ△ キャベツ もやし カーネルコーン 食塩 薄口醤油 だし汁	◇清まし汁△ 大根 油揚げ だし汁 白味噌	◇コンソメスープ△ たまねぎ エリンギ カーネルコーン チキンコンソメ 水 薄口醤油 食塩			
	◇みかん△ みかん	◇ほうれん草の白和え△ 木綿豆腐 白ねりごま 三温糖 食塩 濃口醤油 ほうれん草 薄口醤油 三温糖	◇味噌汁△ 白菜 油揚げ だし汁 白味噌	◇清まし汁△ 大根 しめじ(ぶなしめじ) 濃口醤油 食塩 だし汁	◇味噌汁△ 充填豆腐(絹) カットわかめ だし汁 白味噌	◇バナナ△ バナナ	◇清まし汁△ 大根 油揚げ だし汁 薄口醤油 食塩 だし汁 糸みつば	◇ヨーグルト△ チヤス低糖ヨーグルト	◇みかん△ みかん	◇牛乳△ 牛乳	◇みかん△ みかん		
	◇豆乳きなこもち△	◇牛乳△	◇ふかし芋△	◇ワッフル△	◇りんごクリームサンド△	◇おむすき△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇牛乳△	◇手作りリッキー△卵不使用	◇オレンジジュース△	◇アップルココアケーキ△	
	11月28日(土)	11月30日(月)											
材料	◇牛乳△	◇牛乳△	◇岩塚のお子様せんべい△	◇しらす&わかめせんべい△									
	◇ご飯△	◇ご飯△	◇鶏肉のじぶ煮△	◇豚肉の生姜焼き△									
	◇白菜の塩昆布和え△	◇ほうれん草の菜種和え△	◇味噌汁△	◇りんご△	◇ヨーグルト△								
	◇味噌汁△												
	◇りんご△												
3時おやつ	◇ご飯△ 精白米 水	◇ご飯△ 精白米 水	◇豚肉の生姜焼き△ 豚ももスライス たまねぎ おろし生姜 濃口醤油 三温糖 本みりん	◇ほうれん草の菜種和え△ ほうれん草 人参 鶏卵 濃口醤油 三温糖 だし汁	◇味噌汁△ さつまいも カットわかめ 白味噌 だし汁	◇柿△	◇さつまいも りんご 柿 はくさい ごぼう	◇みかん カリフラワー プロッコリー じゃがいも にんじん	◇しめじ エリンギ 里芋 れんこん	27日…お誕生日メニュー			
	◇鶏肉のじぶ煮△ 鶏もも おろし生姜 小麦粉(薄力粉) 片栗粉 人参 大根 生姜 だし汁 薄口醤油 三温糖 本みりん	◇豚肉の生姜焼き△ 豚ももスライス たまねぎ おろし生姜 濃口醤油 三温糖 本みりん	◇ほうれん草の菜種和え△ ほうれん草 人参 鶏卵 濃口醤油 三温糖 だし汁	◇味噌汁△ さつまいも カットわかめ 白味噌 だし汁	◇ヨーグルト△ チヤス低糖ヨーグルト								
	◇白菜の塩昆布和え△ 白菜 もやし チンゲン菜 塩昆布 薄口醤油 三温糖 米酢	◇味噌汁△ 小町麩 えのき茸 だし汁 白味噌 青ねぎ	◇味噌汁△ さつまいも カットわかめ 白味噌 だし汁										
	◇味噌汁△ 小町麩 えのき茸 だし汁 白味噌 青ねぎ												
	◇りんご△ りんご												
3時おやつ	◇牛乳△	◇牛乳△	◇ミニたい焼き△	◇芋っこからあげ△									



LEOC

令和2年 野上あゆみ保育園							11月献立表(幼児食)		
11月2日(月)		11月4日(水)		11月5日(木)		11月6日(金)	11月7日(土)	11月9日(月)	11月10日(火)
給食	△ご飯△	△五目チャーハン△	△NEGロールパン△	△わかめおにぎり△	△ご飯△	△ご飯△	△ご飯△	△NEG黒糖ロールパン△	
	△カレイの磯辺焼き△	△ビーフンサラダ△	△ポークピーンズ△	△鶏の唐揚げ△	△さんまの塩焼き△	△豚肉の焼肉風△	△鶏肉のパン粉焼△		
	△厚揚げの炒め物△	△中華スープ△	△マカロニサラダ△	△豚汁△	△テンゲン菜のごまみそ和え△	△ひじきサラダ△	△グリルサラダ△		
	△味噌汁△	△ヨーグルト△	△バナナ△	△みかん△	△清まし汁△	△清まし汁△	△コーンスープ△(豆乳入り)		
	△りんご△		△牛乳△		△柿△	△りんご△	△みかん△		
材料	△ご飯△ 精白米 水	△五目チャーハン△ 精白米 サラダ油 ガラスープ(顆粒) 水 豚挽き肉 たまねぎ 生姜 人参 鶏卵 ごま油 食塩 濃口醤油 チキンコンソメ カラスープ(顆粒)	△NEGロールパン△ 精白米 NEGロールパン	△わかめおにぎり△ 精白米 わかめご飯の素 白いりごま	△ご飯△ 精白米 水	△ご飯△ 精白米 水	△ご飯△ 精白米 水	△NEG黒糖ロールパン△ 黒糖ロールパン	
	△カレイの磯辺焼き△ カラスカレイ 薄口醤油 本みりん 合成酒 青のり	△ボークピーンズ△ 豚ももスライス たまねぎ 人参 じゃがいも(馬鈴芋) 大豆水煮 サラダ油 おろし生姜 おろしにんにく チキンコンソメ トマトケチャップ ダイストマト 三温糖 食塩	△鶏の唐揚げ△ 鶏もも おろし生姜 濃口醤油 小麦粉(薄力粉) 片栗粉 サラダ油	△さんまの塩焼き△ サンマ 食塩	△豚肉の焼肉風△ 豚ももスライス たまねぎ もし にら 白味噌 三温糖 濃口醤油 おろしにんにく おろし生姜 ごま油	△ひじきサラダ△ 鳥もも 食塩 トライパン粉 バルメザンチーズ サラダ油			
	△厚揚げの炒め物△ 生揚げ(厚揚) チキンコンソメ 鶏挽き肉 人参 濃口醤油 食塩 三温糖 片栗粉 ごま油	△ビーフンサラダ△ ビーフン キャベツ 人参 ライツナフレーク油漬 ごま油 濃口醤油 三温糖 米酢 白すりごま	△マカロニサラダ△ マカロニ ブロッコリー 人参 マヨドレ(卵不使用) 食塩	△豚汁△ 大根 人参 白菜 ごぼう じめじ(ぶなしめじ) 木綿豆腐 油揚げ 白醤(糸こんにゃく) 豚ももスライス 濃口醤油 だし汁	△清まし汁△ 白菜 じめじ(ぶなしめじ) 濃口醤油 食塩 だし汁	△ひじきサラダ△ ひじき 三温糖 濃口醤油 人参 さやいんげん ライツナフレーク油漬 マヨドレ(卵不使用)			
	△味噌汁△ たまねぎ えのき茸 だし汁 白味噌	△中華スープ△ もやし カットわかめ ガラスープ(顆粒) 濃口醤油 食塩 青ねぎ	△パナナ△ パナナ	△牛乳△ 牛乳	△柿△ 柿	△清まし汁△ 充填豆腐(絹) カットわかめ 濃口醤油 食塩 だし汁	△コーンスープ△(豆乳入り) クリームコーン缶 カーネルコーン 豆乳 チキンコンソメ 食塩 水 片栗粉		
	△りんご△ りんご	△ヨーグルト△ チヤス低糖ヨーグルト		△みかん△ みかん		△りんご△ りんご	△みかん△ みかん		
3時 おやつ	△牛乳△	△牛乳△	△麦茶△	△牛乳△	△牛乳△	△牛乳△	△麦茶△		
	△ココアサブレ△	△大学芋△	△フルーツヨーグルト△	△かぼちゃ蒸しパン△	△あんドーナツ△	△きつま芋クッキー△卵不使用	△昆布おにぎり△		
11月11日(水)		11月12日(木)	11月13日(金)	11月14日(土)	11月16日(月)	11月17日(火)	11月18日(水)		
給食	△ご飯△	△肉うどん△	△ご飯△	△ご飯△	△ご飯△	△焼きそば△	△ご飯△		
	△さわらの幽庵焼き△	△高野豆腐の玉子とじ△	△鮭の西京焼き△	△豚肉のねぎ炒め△	△カレイの香味焼き△	△れんこんのごまドレ和え△	△鶏天△		
	△春菊の納豆和え△	△柿△	△ゆかり和え△	△チーズサラダ△	△切干大根の煮物△	△わかめスープ△	△チキンコン菜のじゃこサラダ△		
	△味噌汁△		△清まし汁△	△味噌汁△	△味噌汁△	△柿△	△清まし汁△		
	△ヨーグルト△		△バナナ△	△みかん△	△りんご△		△ヨーグルト△		
材料	△ご飯△ 精白米 水	△肉うどん△ うどん 豚ももスライス たまねぎ	△ご飯△ 精白米 水	△ご飯△ 精白米 水	△ご飯△ 精白米 水	△焼きそば△ 蒸し中華めん キャベツ もし たまねぎ	△ご飯△ 精白米 水		
	△さわらの幽庵焼き△ サワラ 本みりん 濃口醤油 合成酒 刻みゆず	△小松菜 人参 三温糖 濃口醤油 だし汁 濃口醤油 本みりん 食塩	△鮭の西京焼き△ トラウサーモン 白味噌 白味噌 本みりん 三温糖 合せ酒	△豚肉のねぎ炒め△ 豚ももスライス たまねぎ 長葱 青ねぎ おろし生姜 おろしにんにく 濃口醤油	△カレイの香味焼き△ カラスカレイ 薄口醤油 本みりん 合成酒 おろし生姜 おろし生姜 おろしにんにく 濃口醤油	△れんこんのごまドレ和え△ 人参 豚ももスライス サラダ油 本みりん 合成酒 焼きそばソース 香のり 花かつお	△鶏天△ 鶏むね 薄口醤油 本みりん おろし生姜 小麦粉(薄力粉) サラダ油		
	△春菊の納豆和え△ 菊菜 えのき茸 納豆 濃口醤油	△高野豆腐の玉子とじ△ 高野豆腐 生椎茸 薄口醤油 食塩 三温糖 だし汁 片栗粉 鶏卵 糸みづば	△ゆかり和え△ 白菜 人参 焼きちくわ ゆかり 薄口醤油 三温糖	△清まし汁△ 充填豆腐(絹) じめじ(ぶなしめじ) 濃口醤油 食塩 だし汁 青ねぎ	△チーズサラダ△ ブロッコリー カリフラワー 人参 ダイスチーズ マヨドレ(卵不使用) 食塩	△切干大根の煮物△ 切干大根 人参 生椎茸 油揚げ サラダ油 三温糖 だし汁 薄口醤油 だし汁	△れんこんのごまドレ和え△ 人参 生椎茸 油揚げ サラダ油 三温糖 濃口醤油 白すりごま マヨドレ(卵不使用)		
	△味噌汁△ たまねぎ 白菜 人参 だし汁 白味噌				△味噌汁△ 大根 油揚げ だし汁 白味噌 青ねぎ	△味噌汁△ えのき茸 小町麩 だし汁 白味噌 青ねぎ	△清まし汁△ 充填豆腐(絹) たまねぎ 濃口醤油 食塩 だし汁 糸みづば		
	△ヨーグルト△ チヤス低糖ヨーグルト	△柿△	△柿△	△パナナ△ パナナ	△みかん△ みかん	△りんご△ りんご	△ヨーグルト△ チヤス低糖ヨーグルト		
3時 おやつ	△牛乳△	△牛乳△	△牛乳△	△牛乳△	△牛乳△	△麦茶△	△牛乳△		
	△じゃが芋もち△醤油	△豆腐ドーナツ△	△セサミケーキ△	△バームクーヘン△	△フレンチトースト△	△こざくねおにぎり△	△ざくざくクッキー△		

11月19日(木)	11月20日(金)	11月21日(土)	11月24日(火)	11月25日(水)	11月26日(木)	11月27日(金)
◇ひき肉のカレー◇ ◇大根のツナサラダ◇ ◇みかん◇	◇ご飯◇ ◇鶏肉の照り焼き◇ ◇ほうれん草の白和え◇ ◇味噌汁◇ ◇バナナ◇	◇ご飯◇ ◇豚肉の味噌炒め◇ ◇白菜のごま和え◇ ◇清まし汁◇ ◇りんご◇	◇ご飯◇ ◇さわらの竜田揚げ◇ ◇ひじき煮◇ ◇味噌汁◇ ◇柿◇	◇チキンときのこのスパゲティ◇ ◇南瓜サラダ◇ ◇和風野菜スープ◇ ◇バナナ◇	◇ご飯◇ ◇鮭のちゃんちゃん焼き◇ ◇じゃがバター炒め◇ ◇清まし汁◇ ◇ヨーグルト◇	◇NEGぶどうパン◇ ◇手作りコロッケ◇ ◇花野菜サラダ◇ ◇コンソメスープ◇ ◇みかん◇ ◇牛乳◇
◇ひき肉のカレー◇ 精白米 豚挽き肉 たまねぎ 人参 じゃがいも(マークイン) サラダ油 バター 小麦粉(薄力粉) カレー粉 トマトケチャップ チキンコンソメ ウスターーソース 濃口醤油 食塩	◇ご飯◇ 精白米 水 ◇鶏肉の照り焼き◇ 鶏もも 濃口醤油 三温糖 合成酒 片栗粉 ◇ほうれん草の白和え◇ 木綿豆腐 白ねりごま 三温糖 食塩 濃口醤油 ほうれん草 人参 つきこんにやく(黒) 薄口醤油 三温糖	◇ご飯◇ 精白米 水 ◇豚肉の味噌炒め◇ 豚ももスライス たまねぎ もやし サラダ油 おろし生姜 白味噌 三温糖 濃口醤油 ◇白菜のごま和え◇ 白菜 人参 白ねりごま 三温糖 濃口醤油 だし汁	◇ご飯◇ 精白米 水 ◇さわらの竜田揚げ◇ サワラ 薄口醤油 本みりん 合成酒 おろし生姜 片栗粉 サラダ油 ◇ひじき煮◇ ひじき 人参 焼きちくわ サヤイんげん 三温糖 濃口醤油 合成酒 本みりん だし汁	◇チキンときのこのスパゲティ スパゲティー 鶏もも小間 小麦粉(薄力粉) たまねぎ エリンギ おろしにんにく ダイストマト トマトケチャップ 食塩 チキンコンソメ 三温糖	◇ご飯◇ 精白米 水 ◇鮭のちゃんちゃん焼き◇ トロトサーモン キャベツ 人参 たまねぎ 三温糖 濃口醤油 小麦粉(薄力粉) 鶏卵 ドライパン粉 サラダ油 ◇南瓜サラダ◇ 南瓜 人参 烧きちくわ サヤイんげん 三温糖 濃口醤油 合成酒 本みりん だし汁	◇NEGぶどうパン◇ NEGレーズンパン ◇手作りコロッケ◇ じゃがいも(マークイン) 豚挽き肉 たまねぎ 三温糖 濃口醤油 小麦粉(薄力粉) 鶏卵 ドライパン粉 サラダ油 ◇花野菜サラダ◇ ブロッコリー カリフラワー 人参 米酢 濃口醤油 三温糖 ごま油
◇大根のツナサラダ◇ 大根 胡瓜 人参 フライツナフレーク油漬 米酢 濃口醤油 三温糖 ごま油	◇味噌汁◇ 白菜 油揚げ だし汁 白味噌	◇清まし汁◇ 大根 しめじ(ぶなしめじ) 濃口醤油 食塩 だし汁	◇味噌汁◇ 充填豆腐(絹) カットわかめ だし汁 白味噌	◇和風野菜スープ◇ キャベツ もやし カーネルコーン 食塩 濃口醤油 だし汁	◇清まし汁◇ 大根 油揚げ 薄口醤油 食塩 だし汁 糸みつば	◇コンソメスープ◇ たまねぎ エリンギ カーネルコーン チキンコンソメ 水 濃口醤油 食塩 ◇みかん◇ みかん ◇牛乳◇ 牛乳
◇みかん◇ みかん	◇バナナ◇ バナナ	◇りんご◇ りんご	◇柿◇	◇バナナ◇ バナナ	◇ヨーグルト◇ チヤス低糖ヨーグルト	
◇牛乳◇ ◇豆乳きなこもち◇	◇牛乳◇ ◇ふかし芋◇	◇牛乳◇ ◇ワッフル◇	◇牛乳◇ ◇りんごクリームサンド◇	◇牛乳◇ ◇お餅入り◇	◇牛乳◇ ◇手作りクッキー◇卵不使用	◇オレンジジュース◇ ◇アップルココアケーキ◇
11月28日(土) 11月30日(月)		 <p>◇ご飯◇ ◇鶏肉のじぶ煮◇ ◇白菜の塩昆布和え◇ ◇味噌汁◇ ◇りんご◇</p> <p>◇ご飯◇ 精白米 水 ◇鶏肉のじぶ煮◇ 鶏もも おろし生姜 小麦粉(薄力粉) 片栗粉 人参 大根 生椎茸 だし汁 濃口醤油 三温糖 本みりん</p> <p>◇白菜の塩昆布和え◇ 白菜 もやし チンゲン菜 塩昆布 濃口醤油 三温糖 米酢</p> <p>◇味噌汁◇ 小町麩 えのき茸 だし汁 白味噌 青ねぎ</p> <p>◇りんご◇ りんご</p>				
◇牛乳◇ ◇ミニたい焼き◇	◇牛乳◇ ◇芋っこからあげ◇					

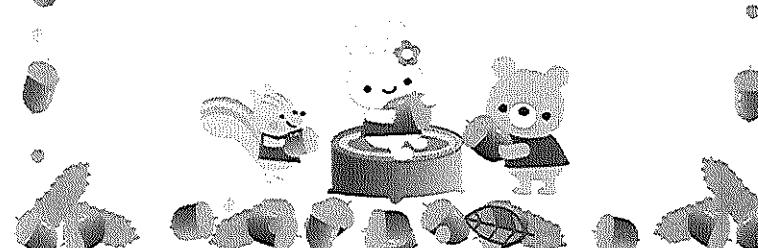


<今月使用の旬の食材>

さつまいも りんご 柿 はくさい ごぼう
みかん カリフラワー ブロッコリー じゃがいも にんじん

しめじ エリンギ 里芋 れんこん

27日…お誕生日メニュー



LEOC