

令和4年11月の献立予定表

なるにつこ認定こども園

泉南市健康子ども部保育子ども課

日	曜	献立名	食品名	3時の間食
1	火	チキンゲット・温キャベツ ゆかり和え・味噌汁	(鶏挽肉、木綿豆腐、たまねぎ、にんにく、土しょうが、片栗粉)(キャベツ) 〈国産りんご〉 (もやし、きゅうり、にんじん、ゆかり)(さつまいも、たまねぎ、にんじん、油揚げ、ほうれん草、味噌)	果物・菓子 牛乳
2 16	水	もみじ揚げ・付け合わせ 切干の含め煮・味噌汁	(赤魚、にんじん、パン粉)(ブロッコリー) 〈高野豆腐、豆乳、メープルシロップ、きな粉〉 (切干大根、にんじん、生しいたけ)(豆腐、たまねぎ、にんじん、わかめ、ねぎ、味噌)	高野フレンチトースト 牛乳
17	木	筑前煮 中華和え・味噌汁	(鶏肉、ごぼう、にんじん、さといも、厚揚げ、糸こんにゃく) 〈国産りんご〉 (わかめ、えのき、きゅうり、コーン缶、すりごま)(かぼちゃ、たまねぎ、にんじん、チンゲン菜、味噌)	果物・菓子 牛乳
4 18	金	鮭グラタン 甘酢和え・味噌汁	(生鮭、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、しめじ、ブロッコリー、シチュールウ、片栗粉、豆乳) (春雨、きゅうり、にんじん)(もずく、たまねぎ、にんじん、ほうれん草、味噌)	国産ももゼリー 菓子
5 19	土	鶏丼 煮浸し・すまし汁	(鶏肉、たまねぎ、にんじん、椎茸、ねぎ) (白菜、にんじん)(豆腐、さつまいも、たまねぎ、にんじん、小松菜)	菓子 牛乳
7 21	月	鯖の味噌煮・すまし汁 にんじんしりしり	(生鯖、土しょうが、味噌)(じゃがいも、たまねぎ、にんじん、ほうれん草、油揚げ) (にんじん、豆苗、鶏ささみ) 〈小麦粉、さつまいも、黒砂糖〉	利休まんじゅう 牛乳
8 22	火	油淋鶏・温キャベツ ひじきの炒り煮・味噌汁	(鶏肉、白ねぎ、片栗粉)(キャベツ) 〈じゃがいも、片栗粉〉 (ひじき、大豆水煮、にんじん、糸こんにゃく、ピーマン)(生さといも、たまねぎ、にんじん、小松菜、わかめ、味噌)	焼きじゃがもち 牛乳
9 30	水	根菜カレー コールスロー・果物	(豚肉、たまねぎ、さといも、だいこん、れんこん、にんじん、カレールウ) 〈ホットケーキミックス、絹ごし豆腐、豆乳、マーガリン、きな粉〉 (キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン缶、コールスロートレッシング)(バナナ)	きなこドーナツ 牛乳
10 24	木	さといもクロック・温キャベツ もみ漬け・味噌汁	(さといも、じゃがいも、豚挽肉、たまねぎ、にんじん、パン粉)(キャベツ) (白菜、きゅうり、にんじん、国産レモン)(豆腐、たまねぎ、にんじん、油揚げ、小松菜、味噌)	ヨーグルト 菓子
11 25	金	煮魚・味噌汁 れんこんきんぴら	(赤魚)(さつまいも、白菜、たまねぎ、にんじん、豆苗、椎茸、味噌) (れんこん、にんじん、ピーマン、油揚げ) 〈小麦粉、かぼちゃ、マーガリン、豆乳〉	かぼちゃ蒸しパン 牛乳
12 26	土	焼き飯 野菜スープ・果物	(豚挽肉、たまねぎ、にんじん、ピーマン) (キャベツ、たまねぎ、にんじん、チンゲン菜)(国産りんご)	菓子 牛乳
14 28	月	ちゃんぽん おかか和え・果物	(中華そば玉、豚肉、キャベツ、たまねぎ、にんじん、チンゲン菜、もやし、片栗粉) (白菜、きゅうり、にんじん、かつお節)(バナナ) 〈ごはん、さつまいも〉	さつまいもおにぎり お茶
15 29	火	れんこんバーグ・温キャベツ 豆腐あんかけ・味噌汁	(れんこん、じゃがいも、たまねぎ、豚挽肉、片栗粉)(キャベツ) (豆腐、おさかなミンチ、ニラ、にんじん、土しょうが、片栗粉)(なめこ、たまねぎ、にんじん、油揚げ、椎茸、味噌)	菓子 飲むヨーグルト