



今月のこんだて表

幼児食 2022年11月号
し〜な保育園

日	曜	主食	主菜	副菜	汁・飲み物	午後おやつ
1	火	ごはん	鮭のクリームソース	マカロニサラダ フルーツ	かぼちゃのみそ汁	ココア蒸しパン
2	水	ごはん	ツナのスクランブルエッグ	チーズ入りマッシュポテト フルーツ	小松菜のみそ汁	ヨーグルトケーキ
3	木	文化の日				
4	金	ごはん	さつまいもごはん	豚肉と切干大根の煮物 フルーツ	油揚げのみそ汁	きな粉パン
5	土	麺	カレーうどん	お豆のサラダ フルーツ	麦茶	菜飯おにぎり
6	日					
7	月	ごはん	豚肉の甘辛丼	小松菜のごま和え ゼリー	大根のみそ汁	カルシウムラスク
8	火	ごはん	白身魚の マヨネーズ焼き	大根そぼろ煮 バナナヨーグルト	キャベツのみそ汁	いちごジャム蒸しパン
9	水	麺	きのこのクリームスパゲティ	わかめサラダ フルーツ	コンソメスープ	おかかおにぎり
10	木	ごはん	豚肉と春雨炒め物	小松菜の和え物 フルーツ	わかめのすまし汁	ブルーチェ
11	金	ごはん	鶏肉のみそ焼き	もやしのナムル フルーツ	大根のみそ汁	洋梨ケーキ
12	土	麺	けんちんうどん	ブロッコリー和え物 フルーツ	麦茶	しらすおにぎり
13	日					
14	月	ごはん	鮭のコーンマヨ焼き	金平ごぼう ゼリー	焼豆腐のみそ汁	ミルクもち
15	火	パン	プチホットドッグ	ささ身とブロッコリーのサラダ フルーツ	さつまいもポタージュ	チーズおにぎり
16	水	ごはん	鶏肉と玉ねぎの卵とじ	ほうれん草のツナ和え ヨーグルト	お麩のみそ汁	プチパンケーキ
17	木	ごはん	松風焼き	厚揚げと昆布の炒め物 フルーツ	かみなり汁	さつまいも蒸しパン
18	金	ごはん	ハヤシライス	エッグサラダ りんごヨーグルト	コンソメスープ	豆腐ブラウニー
19	土	麺	五目あんかけうどん	キャベツのおかか和え フルーツ	麦茶	さけおにぎり
20	日					
21	月	ごはん	八宝菜	しゅうまい フルーツ	チンゲン菜のスープ	スイートポテト
22	火	ごはん	変わり親子丼	ポパイサラダ フルーツ	高野豆腐のみそ汁	ココアブレッド
23	水	勤労感謝の日				
24	木	ごはん	カルシウムグラタン	アスパラとベーコンのソテー フルーツ	コンソメスープ	おかかおにぎり
25	金	ごはん	そぼろ納豆	小松菜のお浸し フルーツ	わかめのすまし汁	もっちーず
26	土	麺	焼きそば	白菜のゆかり和え ゼリー	中華スープ	わかめおにぎり
27	日					
28	月	梅しらす ごはん	タンドリーチキン	豆ツナサラダ フルーツ	じゃが芋のみそ汁	ミニたい焼き
29	火	ごはん	さんまの生姜煮	ほうれん草としらすの和え物 フルーツ	厚揚げのみそ汁	焼うどん
30	水	麺	野菜ラーメン	ひじきサラダ チーズ、フルーツ	麦茶	菜飯おにぎり

※仕入れの都合により献立が変更になる場合があります。 ※午後のおやつには牛乳が付きません。