

虹の丘保育園(一般)

2022年11月分の献立

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前		1 調整豆乳、カステラ	2 牛乳、塩せんべい	3 文化の日	4 牛乳、白い風船	5 調整豆乳、プレーンビスケット
昼食		ごはん、みそ汁(はくさい・たまねぎ)、かじきの煮つけ、ほうれん草の白和え(にんじん・ごま)、バイクド里芋(青のり)	ごはん、ポークビーンズ、小松菜のツナあえ(キャベツ)、りんご		ごはん、みそ汁(もやし・油揚げ)、ミートローフ(かぼちゃ・れんこん)、蒸し野菜のサラダ	あんかけうどん(ささみ)、パン缶
午後		スキム牛乳、おやつ・チャーハン(ツナ・ひじき)	スキム牛乳、おにぎり(昆布)		スキム牛乳、厚焼き卵	スキム牛乳、おにぎり(さけ・ごま)
午前	7 牛乳、塩せんべい	8 調整豆乳、カステラ	9 牛乳、塩せんべい	10 牛乳、ウエハース	11 牛乳、白い風船	12 調整豆乳、プレーンビスケット
昼食	ごはん、豆腐のすまし風煮、さけの塩焼き、かぶの梅あえ(きゅうり)	ごはん、みそ汁(じゃが芋・たまねぎ)、鶏肉のマーマレード焼き、キャベツとほうれん草の塩ごま和え、バナナ	ごはん、みそ汁(チンゲン菜・あげ)、焼きさわらのもやしあんかけ、ブロッコリーのごまあえ、りんご	ごはん、豚汁、豆腐のふわとろボール(えび)、きゅうりの酢の物(みかん)	野菜ジュース125、おにぎり(さけ)、鶏のから揚げ、タコウィンナー、厚焼き卵、ゆでブロッコリー、ミニトマト	ごはん、カレー風味のトマトライス・具、みかん缶
午後	スキム牛乳、大学芋(ごま)	スキム牛乳、ゆで卵	スキム牛乳、にんじんポンデケージョ	スキム牛乳、かぼちゃかん(あずき)	スキム牛乳、卵サンド	スキム牛乳、手作りわかめおにぎり(ごま)
午前	14 牛乳、塩せんべい	15 調整豆乳、カステラ	16 牛乳、塩せんべい	17 牛乳、ウエハース	18 牛乳、白い風船	19 調整豆乳、プレーンビスケット
昼食	ごはん、さけとひじきの混ぜごはん・具、五目汁(さといも・だいこん)、かぼちゃのそぼろあんかけ、オレンジ	ごはん、豆腐みそ汁(こまつな・あげ)、さわらの野菜レモン蒸し、れんこんのさんびら・豚肉	ごはん、わかめスープ(もやし)、厚揚げの中華煮、バイクドじゃが(あおのきんぴら・豚肉)	ごはん、ミートボールのカレーシチュー、キャベツとチンゲン菜のサラダ、りんご	ごはん、菜飯(小松菜)・具、けんちん汁、さばと玉ねぎのみそ煮、蒸し芋、みかん	ごはん、野菜そぼろ丼(納豆)・具、オレンジ
午後	スキム牛乳、スイートポテト(りんご・米粉)	スキム牛乳、お好み焼き風卵焼き	スキム牛乳、おにぎり(さけわかめ・ごま)	スキム牛乳、豆乳ゼリー(小倉)	スキム牛乳、厚焼き卵・ツナ	スキム牛乳、おにぎり(じゃこおかか)
午前	21 牛乳、塩せんべい	22 調整豆乳、カステラ	23 勤労感謝の日	24 牛乳、ウエハース	25 牛乳、白い風船	26 調整豆乳、塩せんべい
昼食	ごはん、すまし汁(こまつな・えのき)、豆腐のコーンみそ焼き、筑前煮、キウイフルーツ	ごはん、みそ汁(かぼちゃ・ねぎ)、鶏ささみのにんじンドレッシング、ひじきの煮物		ごはん、豆腐の野菜そぼろ煮、粉ふき芋(青のり)、かぶときゅうりのサラダ、バナナ	ごはん、みそ汁(だいこん・油揚げ)、豚肉のすき焼き風煮物、ブロッコリーのおかか和え	ごはん、てりやき野菜炒め、りんご
午後	スキム牛乳、キャロットケーキ(大豆粉・米粉)	スキム牛乳、おたのしみカップケーキ		スキム牛乳、米粉のみかん蒸しパン	スキム牛乳、おやつ・チャーハン(しらす・ひじき)	スキム牛乳、大豆粉のかぼちゃパン
午前	28 牛乳、塩せんべい	29 調整豆乳、カステラ	30 牛乳、塩せんべい			
昼食	ごはん、きのこクリームライス・具、ゆでブロッコリー、にんじんのじゃこあえ、フルーツカクテル(キウイ・もも)	ごはん、みそ汁(さつまいも・ねぎ)、鮭と切干大根のあんかけ、ほうれん草とえのき茸のお浸し、みかん	ごはん、みそ汁(なす・たまねぎ)、凍り豆腐とひき肉の煮物、かぼちゃ(蒸し)、バナナ			
午後	スキム牛乳、ソフトパン(大豆)	スキム牛乳、ゆで卵のミートソースかけ	スキム牛乳、豆乳ももゼリー			