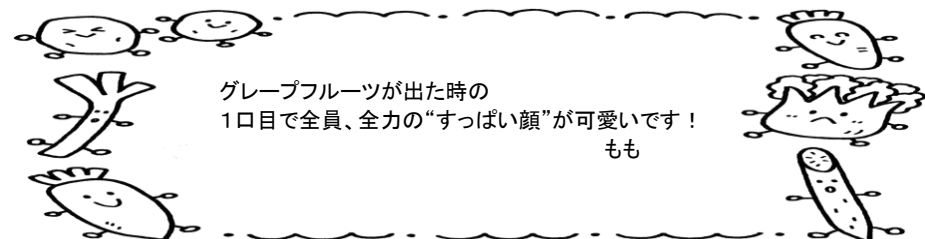


平成30年度 11月給食献立表

日曜	献立	材料	おやつ	材料	日曜	献立	おやつ	材料
1 木	ご飯 鯖の西京焼き ピーマンのきんぴら 蓮根の天ぷら すまし汁	米・強化米 鯖・みそ・三温糖・醤油 ピーマン・赤ピーマン・ちくわ・しらす・醤油・砂糖・ごま油 蓮根・小麦粉・ベーキングパウダー・塩 麩・玉葱・鰹節・昆布・醤油・塩	牛乳 オレンジーナツ	普通牛乳 ホットケーキ粉・グラニュー糖 オレンジジュース	16 金	☆お誕生日会メニュー☆ ジャージャー麺 切干大根のサラダ スープ デザート	牛乳 小豆のケーキ	普通牛乳 小麦粉・三温糖・バター 卵・ベーキングパウダー 小豆缶・みかん缶 生クリーム
2 金	ご飯 千草焼き おからとひじきのサラダ みそ汁 フルーツ	米・強化米 卵・ほうれん草・人参・だし・醤油・三温糖 おから・ひじき・さつま芋・インゲン・マヨネーズ・塩 舞茸・油揚げ・わかめ・鰹節・昆布・みそ オレンジ	牛乳 きなこマカロニ	普通牛乳 マカロニ・きな粉・三温糖 塩	17 土	他人丼 酢の物 みそ汁 フルーツ	牛乳 ミレービスケット	普通牛乳
5 月	ご飯 高野豆腐の唐揚げ 酢の物 こんにゃくのおかか煮 みそ汁	米・強化米 高野豆腐・ニンニク・片栗粉・醤油・酒・酢・三温糖 キャベツ・えのき・わかめ・酢・醤油・三温糖 こんにゃく・ひじき・鰹節・醤油・三温糖・油 大根・油揚げ・なめこ・煮干・みそ	牛乳 青のりポテト	普通牛乳 じゃが芋・青のり 食塩	19 月	ご飯 ぶり大根 なすのみそ炒め フレンチサラダ 茶碗蒸し	牛乳 さつま芋の天ぷら	普通牛乳 さつま芋・小麦粉・塩 ベーキングパウダー
6 火	ご飯 ぶりの照り焼き かぶと豚肉の煮物 花野菜サラダ すまし汁	米・強化米 ぶり・生姜・醤油・みりん かぶ・豚肉・葱・しめじ・醤油・塩・コショウ ブロッコリー・カリフラワー・トマト・干しぶどう・マヨネーズ・塩・コショウ 白菜・玉葱・わかめ・鰹節・昆布・醤油・塩	牛乳 鉄カルウエハース	普通牛乳	20 火	ごま食パン 鶏肉の唐揚げ 海鮮サラダ さつま芋のポターージュ フルーツ	お茶 おにぎり	ほうじ茶 米・強化米・しらす ピーマン・醤油・ごま油
7 水	ご飯 ニラの卵とじ 春雨サラダ 粕汁 フルーツ	米・強化米 ニラ・ウインナー・キャベツ・しらす・ちくわ・卵・塩・コショウ 春雨・きゅうり・人参・ツナ・酢・醤油・砂糖 豚肉・大根・ごぼう・コンニャク・豆腐・油揚げ・鰹節・昆布 ごま油・酒粕・みそ りんご	牛乳 米粉の 抹茶蒸しパン	普通牛乳 米粉・抹茶・三温糖 ベーキングパウダー・塩 豆乳	21 水	ご飯 鯖の照り焼き 小松菜のサラダ ◆そぼろ納豆 みそ汁	牛乳 小豆デニッシュ	普通牛乳
8 木	パケット 鯖のポテマヨ焼き ベーコンのかりかりサラダ スパゲティソース ピーツのポターージュ	パケット 鯖・じゃが芋・コーン・パセリ・マヨネーズ・塩・コショウ 水菜・きゅうり・トマト・ベーコン・酢・塩・醤油・オリーブ油 スパゲティ・人参・ニンニク・塩・コショウ・オリーブ油 ピーツ・玉葱・バター・米粉・牛乳・スキムミルク・コンソメ・塩・コショウ	お茶 芋ようかん	ほうじ茶 さつま芋・寒天・塩 三温糖	22 木	ご飯 鯖の塩焼き 牛肉とひじきの甘辛炒め さつま芋の甘煮 みそ汁	牛乳 わらび餅	普通牛乳 わらび粉・三温糖 きな粉・塩
9 金	切干大根ご飯 豚肉とごぼうの炒め物 豆苗のごま和え さつま芋のオレンジ煮 すまし汁	米・強化米・切干大根・人参・コンニャク・インゲン・昆布 醤油・酒・塩 豚肉・ごぼう・玉葱・ピーマン・生姜・みそ・醤油 豆苗・人参・ひじき・ごま・砂糖・塩・酢・醤油 さつま芋・オレンジジュース・砂糖 えのき・三つ葉・鰹節・昆布・醤油・塩	牛乳 米粉クッキー	普通牛乳 米粉・三温糖・塩 バター	24 土	ピラフ ほうれん草のサラダ スープ フルーツ	牛乳 芋けんぴ	普通牛乳
10 土	チキンライス さつま芋のサラダ コーンスープ フルーツ	米・鶏肉・玉葱・グリーンピース・ケチャップ・塩・コショウ さつま芋・きゅうり・ちくわ・酢・塩・油・醤油 コーン・人参・コンソメ・塩・コショウ バナナ	牛乳 小魚スナック	普通牛乳	26 月	さつまいもご飯 かれいのおろし煮 白菜の酢の物 ごぼうとするめのきんぴら みそ汁	牛乳 チーズ	普通牛乳 スライスチーズ
12 月	ご飯 鯖の塩焼き ビーフンの中華サラダ かぼちゃの甘煮 みそ汁	米・強化米 鯖・塩 ビーフン・人参・きゅうり・貝割れ大根・酢・醤油 三温糖・ごま油 かぼちゃ・だし・醤油・三温糖 しめじ・切干大根・葱・煮干・みそ	牛乳 シュガーパイ	普通牛乳 パイ生地・グラニュー糖	27 火	ご飯 ゼリーフライ 大根とひじきの梅和え たこのマリネ みそ汁	牛乳 パンプリン	普通牛乳 食パン・卵・三温糖 牛乳・ハニラエッセンス
13 火	ご飯 厚揚げのマーボー マカロニサラダ チキンスープ フルーツ	米・強化米 豚挽き肉・厚揚げ・玉葱・人参・ピーマン・パプリカ・なす 椎茸・ニンニク・ミソ・醤油・三温糖・みりん・ごま油・片栗粉 マカロニ・ツナ・きゅうり・コーン・マヨネーズ・塩・コショウ キャベツ・じゃが芋・鶏がら・コンソメ・塩・コショウ 柿	牛乳 メロンパンクッキー	普通牛乳 ホットケーキ粉・卵・三温糖 グラニュー糖・牛乳・油 干しぶどう	28 水	ご飯 鯖のきのこあんかけ 白菜の煮浸し 桜えびの中華和え すまし汁	牛乳 ポップコーン	普通牛乳 ポップコーンの素・油・塩
14 水	ご飯 鯖の竜田揚げ ◆煮合い 納豆和え みそ汁	米・強化米 鯖・生姜・醤油・みりん・片栗粉 ごぼう・蓮根・人参・しらたき・油揚げ・椎茸・醤油 三温糖・塩・酢 納豆・ひじき・チンゲン菜・のり・醤油・ごま油 卵・豆腐・なす・鰹節・昆布・みそ	牛乳 ピザトースト	普通牛乳 食パン・ハム・玉葱 ピーマン・ケチャップ・チーズ	29 木	ご飯 おでん じゃが芋の醤油マヨ和え みそ汁 フルーツ	牛乳 黒ごま団子	普通牛乳 白玉粉・豆腐・ごま 醤油・砂糖・片栗粉
15 木	赤飯 カレイの煮つけ 刻み昆布の煮物 なます すまし汁	米・もち米・小豆・黒ごま・塩 かれい・生姜・醤油・三温糖 豚肉・昆布・切干大根・ちくわ・醤油・みりん 大根・人参・油揚げ・酢・砂糖・塩 しめじ・えのき・葱・鰹節・昆布・醤油・塩	牛乳 あげもち	普通牛乳 さつま芋・白玉粉 三温糖・卵・バター	30 金	お弁当日	牛乳 スイートポテト	普通牛乳



グレープフルーツが出た時の
1口目で全員、全力の“すっぱい顔”が可愛いです！
もも

☆乳児 朝のおやつ・・・菓子類・果物(週1回)、干しぶどう(1、2歳のみ週3回)
☆夕方延長のおやつ・・・おにぎり・菓子類(週1回程度)
☆菓子類は全て、添加物の少ないもの(サンコー食品)を使用しています
☆ウインナーは、卵・乳製品・小麦不使用です
☆強化米は、鉄分とビタミンB1を強化するお米です
☆◆マークは茨城県の郷土料理を取り入れています