

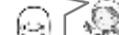
11月 給食予定献立表

2024年 青い鳥学園
都合により献立を変更する事があります。

日	曜日	朝のおやつ	昼食		3時のおやつ	材 料 名		
			乳児・幼児食			赤:血や肉を作る	緑:体の調子を整える	黄:熱や力の元になる
1	金	牛乳 マンナウエハース	菜飯 焼きそば 小松菜のおかかマヨ和え 中華スープ		お茶 フルーツヨーグルト	豚肉 かつお節 鶏がらだし ヨーグルト	菜めしの素・キャベツ・玉ねぎ 人参・小松菜 わかめ・ねぎ パイン缶・みかん缶	米・焼きそば なたね油・焼きそばソース お好みソース・エッグケア しょうゆ・上白糖
2	土		音楽会					
4	月		文化の日					
5	火	牛乳 マンナビスケット	ご飯 さばの味噌煮 高野豆腐の煮物 玉ねぎのすまし汁		牛乳 メープル蒸しパン	さば・味噌 高野豆腐 牛乳 豆乳	しょうが・レンコン 人参・絹さや 玉ねぎ・わかめ みつば	米・上白糖 しょうゆ・みりん 小麦粉・なたね油 メープルシロップ
6	水	牛乳 お野菜ビスケット	ご飯 鶏肉のさっぱりレモン焼き アスパラのサラダ コンソメスープ		牛乳 揚げパン	鶏肉 コンソメ 牛乳	レモン果汁・玉ねぎ ブロッコリー・アスパラ コーン・人参 キャベツ・パセリ	米・みりん・上白糖 しょうゆ・なたね油・ごまだれ ロールパン・植物油 グラニュー糖・粉糖
7	木	お茶 焼き芋	ご飯 豚肉の生姜焼き ほうれん草のお浸し 豆腐の味噌汁		牛乳 焼き芋	豚肉・揚げ 豆腐 味噌 牛乳	玉ねぎ・しょうが キャベツ・ほうれん草 人参 ねぎ	米・しょうゆ 上白糖・みりん なたね油 さつま芋
8	金	牛乳 マンナウエハース	ビーフカレー ごぼうサラダ オレンジ		牛乳 マドレーヌ	牛肉 牛乳 鶏卵	玉ねぎ・人参 ごぼう・枝豆 コーン・オレンジ レモン果汁	米・じゃが芋・カレールー ウスターソース・カレー粉・なたね油 ごまだれ・小麦粉 無塩バター・上白糖
9	土	牛乳 星たべよ	ゆかりご飯 けんちんうどん キャベツの和え物		牛乳 ぼたぼた焼き	鶏肉 牛乳	しその香・ごぼう 大根・人参 ねぎ・しょうが キャベツ	米・うどん しょうゆ・上白糖 みりん ぼたぼた焼
11	月	牛乳 サッポロポテト	ご飯 豚肉のごまだれ炒め マカロニサラダ 小松菜の味噌汁		牛乳 ココアマフィン	豚肉 味噌 牛乳	玉ねぎ・ピーマン 人参・コーン ホットケーキミックス 小松菜 ねぎ	米・しょうゆ・みりん ごま・マカロニ・エッグケア ホットケーキミックス・なたね油 上白糖・ココア
12	火	牛乳 マンナビスケット	ウインナーチャーハン チンゲン菜のナムル 中華スープ りんご(1歳:煮りんご角切り)		牛乳 ボン菓子パー	ウインナー 鶏がらだし 牛乳	玉ねぎ・人参 ねぎ・コーン チンゲン菜・わかめ りんご	米・なたね油・しょうゆ ごま・上白糖 ごま油・ボン菓子 マシュマロ・無塩バター
13	水	牛乳 お野菜ビスケット	ご飯 けんちん揚げ 大根サラダ すまし汁		お茶 フルーチェ	豆腐 ツナ 牛乳	玉ねぎ・人参 コーン・アスパラ 大根・パプリカ みつば・えのき	米・小麦粉 上白糖・しょうゆ 植物油・和風ドレッシング フルーチェ(ビーチ)
14	木	牛乳 たべっ子ベイビー	きのこご飯 さわらの幽庵焼き キャベツの昆布和え かぼちゃの味噌汁		牛乳 バタークッキー	揚げ さわら 味噌 牛乳	人参・まいたけ・しめじ えのき・ゆず・レモン果汁 インゲン・キャベツ・塩昆布 かぼちゃ・玉ねぎ・ねぎ	米・しょうゆ みりん・小麦粉 上白糖 有塩バター
15	金	牛乳 マンナウエハース	ロールパン ミーツ・バゲティ ポパイサラダ コンソメスープ		お茶 じゃこおかおにぎり	合挽きミンチ・ツナ コンソメ ちりめんじゃこ かつお節	玉ねぎ・人参 ケチャップ・トマト缶 グリーンピース・ほうれん草 大根・パセリ	ロールパン・スバゲティ なたね油・ウスターソース ごまだれ・米 しょうゆ
16	土	牛乳 星たべよ	ねぎ塩豚丼 ブロッコリーの和え物 わかめの味噌汁		牛乳 源氏パイ	豚肉・鶏がらだし 揚げ 味噌 牛乳	玉ねぎ・ねぎ レモン果汁・ブロッコリー 人参 わかめ	米・ごま 片栗粉・上白糖 しょうゆ 源氏パイ
18	月	牛乳 サッポロポテト	ご飯 白身魚のなたね焼き ほうれん草のおかか和え 麩のすまし汁		牛乳 パウンドケーキ	ホキ・チーズ かつお節・牛乳 鶏卵 ヨーグルト	パセリ・人参・コーン インゲン・ほうれん草 玉ねぎ・しめじ みつば・干しぶどう	米・しょうゆ エッグケア・上白糖 おつゆ麩・ホットケーキミックス マーマレード
19	火	牛乳 マンナビスケット	☆お誕生日メニュー☆ ケチャップライス 鶏の唐揚げ カラフルサラダ・コンソメスープ		牛乳 プリン	ウインナー・コンソメ 鶏肉 ベーコン 牛乳	ミックスベジタブル・ケチャップ しょうが・ブロッコリー パプリカ・人参 白菜	米・なたね油・しょうゆ みりん・小麦粉 片栗粉・植物油 和風ドレッシング・プリンミックス
20	水	牛乳 お野菜ビスケット	牛丼 インゲンとちくわのごま和え キャベツの味噌汁 オレンジ		牛乳 黒糖ふのラスク	牛肉 ちくわ 味噌 牛乳	玉ねぎ・白ねぎ インゲン・人参 キャベツ オレンジ	米・上白糖 みりん・しょうゆ ごま・おつゆ麩 有塩バター・黒砂糖
21	木	牛乳 たべっ子ベイビー	ご飯 チャブチ 餃子 玉子スープ		お茶 チヂミ	豚肉・鶏がらだし 餃子 鶏卵 豚ミンチ	玉ねぎ・人参 ピーマン・干し椎茸 ねぎ・にら レモン果汁	米・春雨 しょうゆ・上白糖 ごま・ごま油 小麦粉・片栗粉
22	金	牛乳 マンナウエハース	☆絵本メニュー☆ わかめご飯 五目うどん さつま芋の天ぷら		牛乳 きな粉バナナ	鶏肉 かまぼこ 牛乳 きな粉	わかめ御飯(鮭)・玉ねぎ 人参 ねぎ バナナ	米・うどん しょうゆ・みりん さつま芋・小麦粉 植物油・上白糖
23	土		勤労感謝の日					
25	月	牛乳 サッポロポテト	ご飯 赤魚の煮付け 春雨サラダ 豆腐と青菜の味噌汁		牛乳 ジャムクラッカーサンド	赤魚・豆腐 揚げ 味噌 牛乳	しょうが・レンコン きゅうり・人参 ほうれん草 玉ねぎ	米・しょうゆ 上白糖・片栗粉 春雨・ルヴァンクラッカー いちごジャム
26	火	牛乳 マンナビスケット	マーボー丼 もやしと青菜の和え物 中華スープ		牛乳 ぶどう寒天	豆腐・豚ミンチ 味噌・赤だし 鶏がらだし 牛乳	しょうが・玉ねぎ 人参・ねぎ もやし・チンゲン菜 にら	米・なたね油・ごま油 みりん・片栗粉 しょうゆ・上白糖 寒天・ぶどうジュース
27	水	牛乳 お野菜ビスケット	ご飯 鶏肉のオーロラソースかけ ブロッコリーとコーンのサラダ コンソメスープ		牛乳 キャロットケーキ	鶏肉 コンソメ 牛乳 豆乳	ケチャップ・レモン果汁・アスパラ ブロッコリー・コーン 人参・玉ねぎ しめじ・パセリ	米・しょうゆ なたね油・エッグケア 上白糖・ごまだれ 小麦粉
28	木	牛乳 たべっ子ベイビー	ご飯 つくねの甘酢照り焼き 豆菜サラダ 白菜の味噌汁		牛乳 ピザトースト	鶏ミンチ・豆腐 大豆・揚げ 味噌・牛乳 ウインナー・チーズ	玉ねぎ・人参・インゲン 小松菜・パプリカ・白菜 ねぎ・コーン ケチャップ・パセリ	米・片栗粉 なたね油・しょうゆ 上白糖・エッグケア 食パン
29	金	牛乳 マンナウエハース	ゆかりご飯 味噌ラーメン ほうれん草のナムル バナナ		牛乳 フライドポテト	豚肉 鶏がらだし 味噌 牛乳	しその香・人参・コーン 白菜・玉ねぎ ねぎ・ほうれん草 もやし・バナナ	米・中華そば ごま・しょうゆ 上白糖・ごま油 カットポテト・植物油
30	土	牛乳 星たべよ	豚肉のスタミナ丼 キャベツのゆかり和え わかめのすまし汁		牛乳 味しらべ	豚肉 牛乳	玉ねぎ・人参 ピーマン・にんにく しょうが・キャベツ しその香・わかめ	米・しょうゆ みりん・なたね油 おつゆ麩 味しらべ



★今月の絵本メニューの題材は、「おぼけのてんぷら」です♪



今月の平均給与栄養量

	エネルギー	たんぱく質	脂質	食物繊維	食塩相当量
乳児	538kcal	19.6g	18.8g	3.1g	1.2g
幼児	572kcal	21.2g	18.3g	3.7g	1.6g