

★2024年11月給食献立表★ 共栄保育園・みのり園【献立テーマ:秋が旬の食材】

曜日	月 18	火 5・19	水 6・20	木 7・21	金 8・22	土 9
献立名	ごはん 鶏のオイスターソース焼き 白菜のごま和え みそ汁	ごはん 赤魚の照り焼き シーザーサラダ みそ汁	わかめうどん 南瓜とがんもの炊き合わせ	ごはん サケ西京焼き チンゲン菜のナムル すまし汁	パン ぐんぐん背が伸びるシチュー サラダ	サンドイッチ 牛乳 バナナ
	幼児 乳児 六分米 50 40	幼児 乳児 六分米 50 40	幼児 乳児 うどん 150 100	幼児 乳児 六分米 50 40	幼児 乳児 ロールパン 2個 2個 →ア・ひよこ 南瓜パン 2個	幼児 乳児 サンドイッチ・卵・乳 1ヶ 1ヶ →卵乳ア・完了)
	鶏もも肉 60 48 にんにく 0.1 0.08 オイスターソース 3 2.4 白菜 35 28 人参 10 8 しめじ 8 6.4 竹輪(完了×) 6 4.8 砂糖 1.5 1.2 すりごま 1 0.8 濃口醤油 1.5 1.2 なめこ 8 6.4 カットわかめ 0.2 0.16 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96	赤魚*50g発注 50 40 しょうが汁 0.4 0.32 砂糖 0.8 0.64 濃口醤油 2 1.6 みりん 2 1.6 キャベツ 20 16 人参 8 6.4 ブロッコリー 20 16 ホールコーン(完了×) 5 4 シーザードレッシング※卵乳 3 2.4 →卵乳ア)青じそドレッシング 南瓜 20 16 玉ねぎ 10 8 葱 0.5 0.4 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96	わかめ 0.4 0.32 豚もも肉 20 16 玉ねぎ 20 16 人参 10 8 葱 2 1.6 薄口醤油 5 4 だし汁 150 120 南瓜 40 32 がんもどき 20 16 三度豆(完了×) 5 4 だし汁 30 24 砂糖 1.2 0.96 塩 0.2 0.16 薄口醤油 2 1.6 みりん 2 1.6 片栗粉 適量 適量	サケ 50 40 酒 適量 適量 白味噌 5 4 みりん 3 2.4 チンゲン菜 25 20 小松菜 15 12 もやし 10 8 人参 8 6.4 えのき 5 4 砂糖 0.5 0.4 濃口醤油 1 0.8 米酢 0.8 0.64 ごま油 0.5 0.4 白菜 20 16 葱 0.5 0.4 塩 0.1 0.08 薄口醤油 1.4 1.1 みりん 0.8 0.6 だし汁 120 96	鶏肉(細切れ) 20 16 人参 15 12 玉ねぎ 10 8 さつまいも 20 16 しめじ 10 8 マッシュルーム 10 8 ホワイトルウ※乳 適宜 適宜 牛乳 50 40 →乳ア)豆乳 水 適宜 適宜 ブロッコリー 25 20 カリフラワー 20 16 ホールコーン(完了×) 5 4 人参 10 8 塩 0.3 0.24 砂糖 0.8 0.64 サラダ油 1.8 1.44 酢 1.1 0.9	南瓜パン 2ヶ ツナフレーク 8 マヨドレ 5 *ひよこ・アレルギー児 牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 バナナ 1/2本 1/2本
屋食	牛乳 梨(幼・ぱ) みかん缶(り・ひ) クラッカー	牛乳 コンソメコーン	牛乳 バナナ うの花クッキー	ヨーグルト(幼・ぱ) 牛乳(り・ひ) ミニ野菜スティック	牛乳 ウエハース 一口ゼリー	牛乳 袋菓子
	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 梨 2/16個 2/16個 *幼児ぱんだ みかん缶 45 *りすひよこ クラッカー 1P 1P	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 コンソメコーン 1袋 1袋 *幼・ぱ コンソメコーン 1/2袋 *り・ひ	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 バナナ 1/2本 1/2本 うの花クッキー 2枚 1枚	ヨーグルト・加糖 80 80 →乳ア)豆乳ヨーグルト *幼・ぱ 牛乳 100 →乳ア)豆乳 *り・ひ ミニ野菜スティック 1袋 1袋	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 カルテツウエハース※卵乳 1本 1本 →卵乳ア)クラッカー 一口ゼリー 1個 1個	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 袋菓子
	献立名					

★数値は、子ども1人あたりの分量(g)です。家庭で作られる際の参考にしてください。
★材料・仕入れなどの関係で献立を変更する場合があります。

☆2024年11月給食献立表☆ 共栄保育園・みのり園【献立テーマ:秋が旬の食材】

曜日	月 11・25	火 12・26	水 13・27	木 14・28	金 1・15・29	土 2・16・30
献立名	さつまいもご飯(11日) 炊き込みご飯(25日) 鶏の塩麹焼き 磯辺和え みそ汁	ごはん チンジャオロース ブロッコリーの温野菜 かぶのスープ	のりごはん ホッケの塩焼き 大根きんぴら みそ汁	ごはん 豚かぼちゃ みそ汁 チーズ(幼)	ごはん 鶏の味噌漬け焼き 春雨サラダ すまし汁	調理パン バナナ 牛乳
	幼児 乳児 六分米 50 40	幼児 乳児 六分米 50 40	幼児 乳児 六分米 50 40	幼児 乳児 六分米 50 40	幼児 乳児 六分米 50 40	幼児 乳児 六分米 50 40
主食			のり佃煮			フランクフルト※卵乳 1個 1個 ベーコンエッグ※卵乳 1個 (1個)
	さつまいも 20 16 塩 0.1 0.08 *11日	牛もも肉 50 40 みりん 3 2.4 薄口しょうゆ 3 2.4 しょうが汁 0.5 0.4 じゃがいも 12 9.6 筍水煮 12 9.6 ピーマン 12 9.6 玉ねぎ 20 16 片栗粉 適宜 適宜 三温糖 0.5 0.4 酒 1 0.8 薄口しょうゆ 1 0.8 ごま油 0.5 0.4 ブロッコリー 25 20	ホッケ*50g発注 50 40 塩 0.2 0.16 豚ロース肉 10 8 大根 30 24 人参 5 4 しらたき(完了×) 5 4 小松菜 8 6.4 ごま油 1.2 0.96 砂糖 0.5 0.4 薄口醤油 2 1.6 みりん 1 0.8 酒 1 0.8 厚揚げ 15 12 ほうれん草 10 8 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96	豚もも肉 30 24 砂糖 1 0.8 薄口醤油 2.5 2 みりん 2.5 2 南瓜 40 32 玉ねぎ 15 12 まいたけ 10 8 人参 10 8 小松菜 15 12 さつまいも 20 16 もやし 6 4.8 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96 チーズ※乳 1本	鶏もも肉 60 48 米みそ 1.5 1.2 砂糖 1.5 1.2 濃口醤油 1.5 1.2 みりん 3 2.4 春雨 4 3.2 人参 3 2.4 きゅうり 5 4 カットわかめ 0.2 0.16 カニかまぼこ※卵 8 6.4 ホールコーン(完了×) 3 2.4 砂糖 2 1.6 薄口醤油 2 1.6 米酢 3.3 2.64 木綿豆腐 15 12 しめじ 6 4.8 塩 0.1 0.24 薄口醤油 1.4 1.12 みりん 0.8 0.64 だし汁 120 96	ツナコーン※卵乳 1個 1個 *ベーコンエッグ・りすはなし →卵乳ア・完了) 南瓜パン 2個 ウインナー※卵乳なし 2本 0 ケチャップ 5 *ひよこ・アレルギー児 牛乳 120 100 →乳ア)豆乳
材料	*25日 鶏もも肉 60 48 塩麹 3 2.4 0 ほうれん草 20 16 白菜 25 20 人参 10 8 刻みのり 0.3 0.24 濃口醤油 1.2 0.96 みりん 0.3 0.24 わかめ 0.2 0.16 玉ねぎ 20 16 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96	酒 1 0.8 薄口しょうゆ 1 0.8 ごま油 0.5 0.4 かぶ(葉付き) 25 20 鶏がらの素 1.5 1.2 薄口醤油 0.2 0.16 水 120 96				
献立名	牛乳 ジャムサンド	牛乳 鈴カステラ(幼・ぱ・り) ドーナツ(ひ) チーズ	牛乳 うずまきバームクーヘン	ヨーグルト(幼・ぱ) 牛乳(り・ひ) ミニ野菜スティック	牛乳 焼き芋(1日・29日) ふかし芋(15日)	牛乳 袋菓子
	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 南瓜パン(幼・ぱ) 2個 2個 南瓜パン(り・ひ) 1個 ブルーベリージャム	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 鈴カステラ※卵乳 1P 1P →卵乳ア)かぼちゃポーロ *幼・ぱ・り カルテツドーナツ※卵乳 1個 →卵乳ア)かぼちゃポーロ *ひ チーズ※乳 1本 1本	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 バームクーヘン※卵乳 1/2個 1/2個 →卵乳ア)サラダ味おせんべい	ヨーグルト・加糖 80 80 →乳ア)豆乳ヨーグルト *幼・ぱ 牛乳 100 →乳ア)豆乳 *り・ひ ミニ野菜スティック 1袋 1袋	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 さつまいも 70 50	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 袋菓子
おやつ						

★数値は、子ども1人あたりの分量(g)です。家庭で作られる際の参考にしてください。
★材料・仕入れなどの関係で献立を変更する場合があります。