

2017年 11月

予定献立表

月	火	水	木	金	土
<p>今月の野菜 島人参</p> <p>出荷時期:10月頃～3月頃まで</p> <p>代表的な料理 チムシンジ 24日の献立です!</p> <p>古くから体力の付く滋養食材とされ、レバーや赤肉、野菜と煮込み、みそを加えて汁物として食されます。</p> <p>他にも、きんぴら炒め(22日献立)や煮物にしてもおいしいですよ</p>		<p>1</p> <p>胚芽ご飯 豆腐入りナゲット もずく和え 冬瓜と人参の味噌汁</p> <p>たかはしもち 保育園ミルク</p>	<p>2</p> <p>おべんとう(避難訓練)</p> <p>どらやき 保育園ミルク なし</p>	<p>3</p> <p>文化の日</p>	<p>4</p> <p>胚芽ご飯 豚生姜焼き ごまじゃこサラダ 豆苗の味噌汁</p> <p>やきいも 保育園ミルク</p>
<p>6</p> <p>胚芽ご飯 麻婆豆腐 大根サラダ かき卵汁</p> <p>ちんすこう むぎちゃ ブルー</p>	<p>7</p> <p>カレーライス 麩とI/IIの清し汁 キャベツサラダ 型抜きチーズ</p> <p>ぜんざい(金時豆) なし</p>	<p>8</p> <p>胚芽ご飯 魚の有馬焼き 根菜の白みそ煮 ほうれん草のすまし汁</p> <p>プリン むぎちゃ クラッカー</p>	<p>9</p> <p>胚芽ご飯 すき焼き風煮つけ 大根のレモン漬け トマトと大豆のスープ</p> <p>スコーン 保育園ミルク</p>	<p>10</p> <p>胚芽ロール 鮭のピカタ コールスローサラダ 豆乳スープ みかん</p> <p>ペタンコご飯 むぎちゃ</p>	<p>11</p> <p>胚芽ご飯 鶏のレモン風味焼 麩チャンプルー キノコの味噌汁</p> <p>紫芋チップ 保育園ミルク バナナ</p>
<p>13</p> <p>もずく丼 ゆし豆腐 青菜のゴマサラダ オレンジ</p> <p>さつまいもボーロ 保育園ミルク スティックセロリ</p>	<p>14</p> <p>胚芽ご飯 白身魚のチーズ香りのせ 春雨ナムル なめこ豆腐の味噌汁</p> <p>おから団子(きな粉) 豆乳 味付けいりこ</p>	<p>15</p> <p>胚芽ご飯 ハンバーグ ピーマンの細切炒め コーンスープ</p> <p>人参ロールパン 保育園ミルク かき(1/4)</p>	<p>16</p> <p>胚芽ご飯 鮭のちゃんちゃん焼き ごぼうとコーンのサラダ 豆腐とにらの清し汁</p> <p>リンゴケーキ 保育園ミルク</p>	<p>17</p> <p>スパゲティーミートソース 白菜サラダ オニオンスープ</p> <p>かたがねジュース むぎちゃ</p>	<p>18</p> <p>きのこご飯 高野豆腐の清し汁 甘酢モズク バナナ</p> <p>アンパンマンせんべい 保育園ミルク ブルー</p>
<p>20</p> <p>タコライス ポテトサラダ 豆苗スープ みかん</p> <p>きなこトースト むぎちゃ 味付けいりこ</p>	<p>21</p> <p>胚芽ご飯 白身魚の磯揚げ くーびいりちー ほうれん草の味噌汁</p> <p>スイートポテト 保育園ミルク</p>	<p>22</p> <p>胚芽ご飯 松風焼 島人参のきんぴら そうめん汁</p> <p>五穀かりんとう 保育園ミルク ブルー</p>	<p>23</p> <p>勤労感謝の日</p>	<p>24</p> <p>納豆ご飯 ちむしんじ さやいんげん炒め みかん</p> <p>うむくじてんぶら 保育園ミルク</p>	<p>25</p> <p>さかなそぼろご飯 じゃが芋とにらの味噌汁 からし菜炒め バナナ</p> <p>はと麦おこし むぎちゃ 糸きりわかめ</p>
<p>27</p> <p>キッズビビンバ わかめスープ オレンジ</p> <p>じゃこトースト 保育園ミルク</p>	<p>28</p> <p>胚芽ご飯 鶏の塩こうじ焼 カボチャサラダ はんぺんと青梗菜の清し汁</p> <p>豆乳くずもち むぎちゃ なし</p>	<p>29</p> <p>胚芽ご飯 鯖のカレーピカタ ひじき炒め 味噌汁(けし・豆腐)</p> <p>鉄ゼリー むぎちゃ クラッカー</p>	<p>30</p> <p>胚芽ご飯 タンドリチキン 温野菜サラダ 冬瓜のソテー</p> <p>もずくのひらやちー むぎちゃ</p>	<p>11月24日は和食の日</p> <p>和食は今や世界的にも、価値が認められ2013年にユネスコ無形文化遺産に登録されました。</p> <p>和食は一汁三菜で“脂質、糖質、たんぱく質”3つのバランスが良く、“栄養バランスの優等生”と言われています。</p> 	

※児童の月齢、保育園行事、給食材料等の都合で献立を変更することもあります。