

# 令和5年 11月分 3歳以上児献立表

玉成幼稚園(にじのへや)

|   |
|---|
| 1日(水) こんさいのわふうかれー/きゃべつとりんごのさらだ/とうみょうとあおさのすー/くだもの<br>[PM]ぼんでけーじょ/ぎゅうにゅう  |
| 2日(木) ごはん/さけのみそてりやき/ひじきのいために/とうふのそぼろいため/くだもの<br>[PM]★/ぎゅうにゅう            |
| 4日(土) ごはん/ぶたにくのしょうがやき/にんじんしりしり/ぐたくさんみそしる/くだもの<br>[PM]★/ぎゅうにゅう           |
| 6日(月) ごはん/にくだんご/はるさめさらだ/ちーず/くだもの<br>[PM]★/ぎゅうにゅう                        |
| 7日(火) ごはん/はにーばたーちきん/やさいのみそどれっしんぐ/かぶのごままよさらだ/くだもの<br>[PM]★/ぎゅうにゅう        |
| 8日(水) しょうゆらーめん(あんかけやきそば)/ごぼうのからあげ/くだもの<br>[PM]やきおにぎり/ぎゅうにゅう             |
| 9日(木) ごはん/なまあげとぶたにくのとろ/やきぶろっこりーのなむる/だいこんきんぴら/くだもの<br>[PM]★/ぎゅうにゅう       |
| 10日(金) じゃむさんど/さわらのむにえる/にんじんどれっしんぐさら/さつまいものばたーそてー/くだもの<br>[PM]★/ぎゅうにゅう   |
| 11日(土) そぼろごはん/あおなのうめあえ/みそしる/くだもの<br>[PM]★/ぎゅうにゅう                        |
| 13日(月) かみかみふりかけごはん/とりにくのとまとに/じゃーまんぼてとさらだ/きのこそてー/くだもの<br>[PM]★/ぎゅうにゅう    |
| 14日(火) ごはん/ぶたにくのねぎしおいため/いそべあえ/かぼちゃのもの/くだもの<br>[PM]★/ぎゅうにゅう              |
| 15日(水) こんさいのわふうかれー/きゃべつとりんごのさらだ/とうみょうとあおさのすー/くだもの<br>[PM]ぼんでけーじょ/ぎゅうにゅう |
| 16日(木) ごはん/さけのみそてりやき/ひじきのいために/とうふのそぼろいため/くだもの<br>[PM]★/ぎゅうにゅう           |

|   |
|---|
| 17日(金) しょくばん/とりのくのぼんこやき/かぶさらだ/やさいのとまとに/くだもの<br>[PM]★/ぎゅうにゅう/            |
| 18日(土) ごはん/ぶたにくのしょうがやき/にんじんしりしり/ぐたくさんみそしる/くだもの<br>[PM]すていっくぼん/ぎゅうにゅう    |
| 20日(月) ごはん/にくだんご/はるさめさらだ/ちーず/くだもの<br>[PM]★/ぎゅうにゅう                       |
| 21日(火) ごはん/はにーばたーちきん/やさいのみそどれっしんぐ/かぶのごままよさらだ/くだもの<br>[PM]★/ぎゅうにゅう       |
| 22日(水) しょうゆらーめん(あんかけやきそば)/ごぼうのからあげ/くだもの<br>[PM]やきおにぎり/ぎゅうにゅう            |
| 23日(木) ごはん/なまあげとぶたにくのとろ/やきぶろっこりーのなむる/だいこんきんぴら/くだもの<br>[PM]★/ぎゅうにゅう      |
| 24日(金) ごはん/さわらのむにえる/にんじんどれっしんぐさら/さつまいものばたーそてー/くだもの<br>[PM]★/ぎゅうにゅう      |
| 25日(土) そぼろごはん/あおなのうめあえ/みそしる/くだもの<br>[PM]★/ぎゅうにゅう                        |
| 27日(月) かみかみふりかけごはん/とりにくのとまとに/じゃーまんぼてとさらだ/きのこそてー/くだもの<br>[PM]★/ぎゅうにゅう    |
| 28日(火) ごはん/ぶたにくのねぎしおいため/いそべあえ/かぼちゃのもの/くだもの<br>[PM]★/ぎゅうにゅう              |
| 29日(水) こんさいのきーまかれー/きゃべつとみかんのさらだ/しめじとこまつなのすーぷ/くだもの<br>[PM]マカロニ安倍川/ぎゅうにゅう |
| 30日(木) ごはん/かじきのあげに/そくせきづけ/ひじきのいりに/くだもの<br>[PM]★/ぎゅうにゅう                  |
| エネルギー:580 kcal たんぱく質 :22.0 g<br>脂 質 :20.3 g 食塩相当量:1.9 g                 |

◎果物は季節のものを出しています。今月はバナナ、かき、みかん、りんごから提供します。  
 ◎食材の都合により献立が変更する場合があります。ご了承ください。  
 ◎★印は市販のおやつを提供します。

【原材料】

- 食パン・・・・・・・・・・小麦粉 太白ごま油 天然酵母 塩 砂糖
- ホットケーキミックス・・・小麦粉 素精糖 スキムミルク かぼちゃ粉末 塩 ベーキングパウダー
- 中華めん・・・・・・・・・・小麦粉 小麦たんぱく 加塩卵黄 ばれいしょでん粉 全卵 塩 水飴

※8日、22日のあんかけやきそばは、年少のお弁当です。