

# 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 [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 [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 [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 [PM]★/ぎゅうにゅう
7日(火) ごはん/はにーばたーちきん/やさのみそどれっしんぐ/かぶのごままよさらだ/くだもの [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 [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り/やきぶろっこりーのなむる/だいこんきんぴら/くだもの [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 [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 [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 [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 [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 [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 [PM]★/ぎゅうにゅう

17日(金) しょくぱん/とりのくのぱんこやき/かぶさらだ/やさいのとまとに/くだもの [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 [PM]すていっくぱん/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 [PM]★/ぎゅうにゅう
21日(火) ごはん/はにーばたーちきん/やさのみそどれっしんぐ/かぶのごままよさらだ/くだもの [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 [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り/やきぶろっこりーのなむる/だいこんきんぴら/くだもの [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 [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 [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 [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 [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 [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 [PM]★/ぎゅうにゅう
エネルギー:580 kcal たんぱく質 :22.0 g 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。