11月の献立　11/13～11/30　　2023年　　みつばち保育園

日/曜日	主食	献立名	あか	きいろ	みどり	おやつ
13 ／ 月	 ごはん	煮しめ コロコロ豆腐 さつま汁	鶏もも肉 豆腐、かつお節	 さつまいも	椎茸（乾）、ごぼう、人参、蓮根、こんにゃく、さやいんげん 白菜、長ねぎ、生椎茸	りんごのほったら菓子 （小麦・卵） 豆乳
14 ／ 火	 ごはん	さばのみそ煮 なます のっぺい汁	まさば 鶏もも肉	 ごま 里芋	しょうが 大根、人参、柿 人参、白菜、ごぼう、大根、長ねぎ	おさつごはん りんご
15 ／ 水	 ごはん	こっくり肉豆腐 ブロッコリーのおかか和え 大根の味噌汁	焼き豆腐、豚ばら肉 かつお節 油揚げ	 	白菜、こんにゃく、生椎茸、しょうが、長ねぎ ブロッコリー 大根、葉ねぎ、小松菜	もちもちチーズパン （乳） みかん
16 ／ 木	 ごはん	がんもどきのあんかけ 小松菜のしらすあえ わかめと豆腐の味噌汁	がんもどき、豚ひき肉 しらす干し 豆腐	 	人参、玉葱、さやいんげん 小松菜 わかめ、葉ねぎ	ふかし芋 りんご
17 ／ 金	 ごはん	おさつごはん 大根と豚肉の煮物 チーズ 味噌汁	 豚肉 チーズ 油揚げ	さつまいも 里芋	 大根、人参 長ねぎ、しめじ、小松菜	たまご蒸しパン （卵、小麦） 豆乳
18 ／ 土	 めん	和風スパゲッティ ふかし芋 チーズ・バナナ	豚肉 チーズ	マカロニ・スパゲッティ さつまいも 	えのきたけ、生椎茸、葉ねぎ、玉葱、人参、焼海苔 バナナ	おせんべい
20 ／ 月	 ごはん	洋風おでん ししゃも 白菜の味噌汁	豚肉 ししゃも 豆腐	さつまいも 	キャベツ、人参、大根、スイートコーン 白菜、えのきたけ	べこもち 豆乳
21 ／ 火	 ごはん	大根とお揚げのごはん 高野豆腐の煮物 なめこと豆腐の味噌汁	油揚げ、鶏もも肉 高野豆腐 豆腐	 	大根 人参、ごぼう、椎茸（乾）、さやいんげん なめこ、小松菜	きのこピザ （小麦・乳） 豆乳
22 ／ 水	 ごはん	魚の煮付け りんごのサラダ さつまいもの味噌汁	まかじき 	 さつまいも	しょうが りんご、白菜、干しぶどう 生椎茸、人参、玉葱、小松菜	安倍川マカロニ （小麦） 豆乳
24 ／ 金	 ごはん	てりやきチキン ほっこりおやさい なめこと豆腐の味噌汁	鶏もも肉 豆腐	 さつまいも 	しょうが、にんにく 大根、人参、ブロッコリー なめこ、小松菜	麻花 （小麦） りんご
25 ／ 土	 めん	ラーメン ふかし芋 チーズ・バナナ	鶏胸肉 チーズ	中華麺 さつまいも 	人参、キャベツ、もやし、葉ねぎ バナナ	ビスケット （小麦）
27 ／ 月	 ごはん	ドライカレー 菜果サラダ	豚ひき肉 	ごま 	人参、玉葱、ピーマン、トマト、にんにく、しょうが 白菜、りんご、みかん（缶）、干しぶどう	カップケーキ （卵、小麦） みかん
28 ／ 火	 ごはん	焼き豆腐の五目煮 小松菜のじゃこあえ なすの味噌汁	豚ばら肉、焼き豆腐 しらす干し 油揚げ	ごま 	人参、玉葱、さやいんげん、椎茸（乾） 小松菜 なす、葉ねぎ	ふかし芋 りんご
29 ／ 水	 ごはん	さけの西京やき 大根と鶏肉の煮物 あったまっちゃうスープ	鮭 鶏もも肉、油揚げ 豆腐、鶏ささみ	 	 大根、、まこんぶ、人参、さやいんげ 長ねぎ、にんにく、生姜、葉ねぎ	恐竜のたまご 豆乳
30 ／ 木	 ごはん	レバニラ炒め かぶ甘酢 大根の味噌汁	鶏レバー 油揚げ	 	にら、玉葱、人参、生姜、もやし かぶ 大根、葉ねぎ	ホットケーキ （小麦） 豆乳

※　おやつについてはアレルギー特定原材料7品目（卵・乳・小麦・えび・かに・そば・落花生）のみ表示いたします。