

## 献立表(幼稚園・保育園兼用)

※ 全日程の表となります、注文回数・クラスにより注文日が異なりますので、該当日をご確認の上材料表をご確認ください。

※ おやつは保育園と、夕刻預かり(ぽかぽか)のものとなります。

※アレルギー: ★えび(ちりめんじゃこ、魚介類、海藻類、練り製品に混入している場合あり)・かに(ちりめんじゃこ、魚介類、海藻類、練り製品に混入している場合あり)

卵・小麦・そば・落花生・乳・あわび・いか・いくら・さけ・さば・オレンジキウイフルーツ・バナナ・もも・りんご・牛肉・鶏肉・豚肉・ゼラチン  
くるみ・大豆・まつたけ・やまいも・カシューナッツ・ごま・アーモンド

### ※だし原材料名

和風だし: さば粉末・いわし粉末・食塩・ぶどう糖・かつお粉末・あじ粉末・昆布粉末・椎茸粉末・調味料(アミノ酸等)

中華/洋風だし: 食塩・チキンエキス・乳糖・ビーフエキス・野菜ミックスパウダー・香辛料・加工デンプン・調味料(アミノ酸)・トレハロース

### 【追記事項】

※ハム⇒大豆・豚肉・卵(卵白)・乳 含む

ベーコン⇒乳・大豆・豚肉 含む

濃口しょうゆ⇒大豆・小麦 含む(キッコーマン国産丸大豆しょうゆ使用)

薄口しょうゆ⇒大豆・小麦 含む(キッコーマンうすくち使用)

ソース⇒大豆・りんご 含む(KAGOME ウスターソース使用)

マヨドレ⇒食用植物油脂、醸造酢、還元水飴、食塩、濃縮洋梨果汁

濃縮にんじん汁、野菜エキス、酵母エキス、加工でん粉

増粘剤(キサンタンガム)、調味料(アミノ酸)、カロテン色素

香辛料(日清オイリオマヨドレ使用)

	令和2年11月2日 (月)	令和2年11月3日 (火)	令和2年11月4日 (水)	令和2年11月5日 (木)	令和2年11月6日 (金)	令和2年11月7日 (土)
--	------------------	------------------	------------------	------------------	------------------	------------------

昼食	<b>麻婆豆腐</b> ★豆腐 ★豚ミンチ たまねぎ ねぎ しょうが ★ごま油 ★みそ 砂糖 塩 ★しょうゆ 片栗粉 酒 <b>春菊とえのきの中華サラダ</b> しゅんぎく えのきたけ ★ハム ★ごま油 砂糖 ★しょうゆ 酢 ★ごま <b>しいたけともやしの中華スープ</b> しいたけ ★もやし 塩 ★しょうゆ 片栗粉 ★ごま油 ★だし  <b>ごはん</b> 米			<b>山賊焼き</b> ★手羽元 ★しょうゆ みりん 砂糖 酒 ★ごま しょうが  <b>かぶとしめじとハムのサラダ</b> かぶ しめじ ★ハム 油 酢 ★しょうゆ ★ごま油  <b>味噌汁(油揚げ・白菜)</b> ★油揚げ はくさい ★だし ★みそ  <b>てづくりふりかけ</b> いりこ ★ごま ★だし粉末 塩 あおのり 砂糖 <b>ごはん</b> 米	<b>ししゃものふわふわ揚げ</b> ししゃも ★薄力粉 ベーキングパウダー 油  <b>ほうれん草とごぼうの白和え</b> ごぼう にんじん ほうれんそう ★豆腐 ★ごま ★みそ 砂糖 ★しょうゆ  <b>味噌汁(玉ねぎ・わかめ)</b> たまねぎ わかめ ★だし ★みそ  <b>ごはん</b> 米	<b>鶏と高野豆腐の煮物</b> ★鶏肉 ★高野豆腐 砂糖 青菜 にんじん ★だし 酒 ★しょうゆ みりん 塩  <b>青菜のごまあえ</b> にんじん 青菜 ★ごま ★しょうゆ  <b>味噌汁(ふ・わかめ)</b> ★ふ わかめ ★だし ★みそ  <b>ごはん</b> 米
----	---	--	--	--	--	--

おやつ	<b>バナナケーキ</b> ★卵 砂糖 ★バナナ レモン ★牛乳 ★薄力粉 ベーキングパウダー ★バター <b>牛乳</b> ★牛乳	<b>おなかチーズおにぎり</b> 米 ★しょうゆ かつお節 ★チーズ  <b>牛乳</b> ★牛乳	<b>さつまいもスティック</b> さつまいも 塩  <b>牛乳</b> ★牛乳	<b>やさしいチップス</b> かぼちゃ じゃがいも れんこん 片栗粉 油 塩  <b>牛乳</b> ★牛乳	<b>市販菓子</b> <b>お茶</b>
-----	--	---	---	---	--------------------------

	令和2年11月9日 (月)	令和2年11月10日 (火)	令和2年11月11日 (水)	令和2年11月12日 (木)	令和2年11月13日 (金)	令和2年11月14日 (土)
--	------------------	-------------------	-------------------	-------------------	-------------------	-------------------

昼食	<b>豚肉とブロッコリーの炒め物</b>	<b>とりのからあげ</b>	<b>さばのしょうが煮</b>	<b>なすと豚肉のみそ炒め</b>	<b>おでん</b>	<b>鶏と大根の煮物</b>
	ブロッコリー	★鶏肉	★さば	なす	★鶏肉	★鶏肉
	★豚肉	★しょうゆ	しょうが	★豚肉	昆布	だいこん
	にんじん	酒	★しょうゆ	ピーマン	だいこん	★しょうゆ
	酒	しょうが	みりん	★しょうゆ	じゃがいも	砂糖
	★しょうゆ	片栗粉	酒	酒	こんにゃく	水
油	★薄力粉	水	★みそ	竹輪	酒	
★しょうゆ	油		酒	★だし		
片栗粉	塩		砂糖	★しょうゆ		
★だし			油	みりん		
			しょうが			
			みりん			
<b>厚揚げのきのこあんかけ</b>	<b>春雨サラダ</b>	<b>高野豆腐の鉄分あえ</b>	<b>かぼちゃの甘煮</b>	<b>青菜のおかかあえ</b>	<b>青菜のお浸し</b>	
★厚揚げ	★ハム	★高野豆腐	かぼちゃ	青菜	にんじん	
しめじ	はるさめ	ひじき	砂糖	かつお節	青菜	
★だし	キャベツ	にんじん	塩	★しょうゆ	かつお節	
★しょうゆ	きゅうり	青菜			★ごま	
みりん	にんじん	★大豆			★しょうゆ	
片栗粉	砂糖	砂糖				
	★しょうゆ	みりん				
	酢	酒				
	★ごま油	★しょうゆ				
		★だし				
<b>すまし汁(大根・三つ葉)</b>	<b>みぞれ汁</b>	<b>すまし汁(しいたけ・えのき)</b>	<b>すまし汁(青菜・しめじ)</b>	<b>ひじきごはん</b>	<b>味噌汁(じゃがいも・わかめ)</b>	
だいこん	だいこん	しいたけ	青菜	米	じゃがいも	
みつば	なめこ	えのきたけ	しめじ	ひじき	わかめ	
★だし	みつば	★だし	★だし	にんじん	★だし	
★しょうゆ	★だし	★しょうゆ	★しょうゆ	★油揚げ	★みそ	
塩	★しょうゆ	塩	塩	みりん		
	塩			★しょうゆ		
				塩		
				★だし		
<b>ごはん</b>	<b>ごはん</b>	<b>ごはん</b>	<b>ごはん</b>		<b>ごはん</b>	
米	米	米	米		米	

おやつ	<b>ちりめんじゃこのクリスピーピザ</b>	<b>さつまいも蒸しパン</b>	<b>にんじんドーナツ</b>	<b>ハムマヨパン</b>	<b>りんごジャムサンド</b>	<b>市販菓子 お茶</b>
	★ちりめんじゃこ	★薄力粉	にんじん	★強力粉	★食パン	
	★ごま	ベーキングパウダー	砂糖	★牛乳	★りんごジャム	
	★チーズ	さつまいも	塩	砂糖		
	★ぎょうざの皮	★卵	★卵	塩		
	トマトケチャップ	★牛乳	★薄力粉	イースト		
	砂糖	ベーキングパウダー	★ハム			
	油	油	マヨドレ			
	★ごま		★卵			
<b>牛乳</b>	<b>牛乳</b>	<b>牛乳</b>	<b>牛乳</b>	<b>牛乳</b>		
★牛乳	★牛乳	★牛乳	★牛乳	★牛乳		

	令和2年11月16日 (月)	令和2年11月17日 (火)	令和2年11月18日 (水)	令和2年11月19日 (木)	令和2年11月20日 (金)	令和2年11月21日 (土)
--	-------------------	-------------------	-------------------	-------------------	-------------------	-------------------

昼食	カレーライス 米 ★豚肉 じゃがいも たまねぎ にんじん 油 ★バター ★薄力粉 カレー粉 塩 ★牛乳 トマトケチャップ ★ソース 水 ★だし ★しょうゆ しょうが みりん	みそうどん ★うどん ★だし ★しょうゆ みりん ★みそ ★豚肉 ★油揚げ はくさい だいこん ねぎ	麻婆豆腐 ★豆腐 ★豚ミンチ たまねぎ ねぎ しょうが ★ごま油 ★みそ 砂糖 塩 ★しょうゆ 片栗粉 酒	山賊焼き ★手羽元 ★しょうゆ みりん 砂糖 酒 ★ごま しょうが	ししゃものふわふわ揚げ ししゃも ★薄力粉 ベーキングパウダー 油	鶏と高野豆腐の煮物 ★鶏肉 ★高野豆腐 砂糖 青菜 にんじん ★だし 酒 ★しょうゆ みりん 塩
	ほうれん草とツナのサラダ つな ほうれんそう 油 酢 砂糖 塩	ひじきとれんこんの炒め煮 ★ごま油 ★鶏ミンチ にんじん れんこん ひじき ★油揚げ ★だし 砂糖 ★しょうゆ	春菊とえのきの中華サラダ しゅんぎく えのきたけ ★ハム ★ごま油 砂糖 ★しょうゆ 酢 ★ごま	かぶとしめじとハムのサラダ かぶ しめじ ★ハム 油 酢 ★しょうゆ ★ごま油	ほうれん草とごぼうの白和え ごぼう にんじん ほうれんそう ★豆腐 ★ごま ★みそ 砂糖 ★しょうゆ	青菜のごまあえ にんじん 青菜 ★ごま ★しょうゆ
			しいたけともやし中華スープ しいたけ ★もやし 塩 ★しょうゆ 片栗粉 ★ごま油 ★だし	味噌汁(油揚げ・白菜) ★油揚げ はくさい ★だし ★みそ	味噌汁(玉ねぎ・わかめ) たまねぎ わかめ ★だし ★みそ	味噌汁(ふ・わかめ) ★ふ わかめ ★だし ★みそ
			ごはん 米	てづくりふりかけ いりこ ★ごま ★だし粉末 塩 あおのり 砂糖 ごはん 米	ごはん 米	ごはん 米

おやつ	コーンフレーククッキー ★コーンフレーク ★薄力粉 ★バター ★卵 砂糖	焼きおにぎり 米 ★しょうゆ ★ごま油 みりん かつお節 ★ごま	バナナケーキ ★卵 砂糖 ★バナナ レモン ★牛乳 ★薄力粉 ベーキングパウダー ★バター	さつまいもスティック さつまいも 塩	やさいチップス かぼちゃ じゃがいも れんこん 片栗粉 油 塩	市販菓子 お茶
	牛乳 ★牛乳	牛乳 ★牛乳	牛乳 ★牛乳	牛乳 ★牛乳	牛乳 ★牛乳	

	令和2年11月23日 (月)	令和2年11月24日 (火)	令和2年11月25日 (水)	令和2年11月26日 (木)	令和2年11月27日 (金)	令和2年11月28日 (土)
--	-------------------	-------------------	-------------------	-------------------	-------------------	-------------------

昼食		<b>とりのからあげ</b> ★鶏肉 ★しょうゆ 酒 しょうが 片栗粉 ★薄力粉 油 塩	<b>さばのしょうが煮</b> ★さば しょうが ★しょうゆ みりん 酒 水	<b>なすと豚肉のみそ炒め</b> なす ★豚肉 ピーマン ★しょうゆ 酒 ★みそ 酒 砂糖 油 しょうが みりん	<b>おでん</b> ★鶏肉 昆布 だいこん じゃがいも こんにゃく 竹輪 ★だし ★しょうゆ みりん	<b>鶏と大根の煮物</b> ★鶏肉 だいこん ★しょうゆ 砂糖 水 酒
		<b>春雨サラダ</b> ★ハム はるさめ キャベツ きゅうり にんじん 砂糖 ★しょうゆ 酢 ★ごま油	<b>高野豆腐の鉄分あえ</b> ★高野豆腐 ひじき にんじん 青菜 ★大豆 砂糖 みりん 酒 ★しょうゆ ★だし	<b>かぼちゃの甘煮</b> かぼちゃ 砂糖 塩	<b>青菜のおかかあえ</b> 青菜 かつお節 ★しょうゆ	<b>青菜のお浸し</b> にんじん 青菜 かつお節 ★ごま ★しょうゆ
		<b>みぞれ汁</b> だいこん なめこ みつば ★だし ★しょうゆ 塩	<b>すまし汁(しいたけ・えのき)</b> しいたけ えのきたけ ★だし ★しょうゆ 塩	<b>すまし汁(青菜・しめじ)</b> 青菜 しめじ ★だし ★しょうゆ 塩	<b>ひじきごはん</b> 米 ひじき にんじん ★油揚げ みりん ★しょうゆ 塩 ★だし	<b>味噌汁(じゃがいも・わかめ)</b> じゃがいも わかめ ★だし ★みそ
		<b>ごはん</b> 米	<b>ごはん</b> 米	<b>ごはん</b> 米	<b>ごはん</b> 米	<b>ごはん</b> 米

おやつ		<b>さつまいも蒸しパン</b> ★薄力粉 ベーキングパウダー さつまいも ★卵 ★牛乳 砂糖 油 ★ごま 牛乳 ★牛乳	<b>にんじんドーナツ</b> にんじん 砂糖 塩 ★卵 ★薄力粉 ベーキングパウダー 油 牛乳 ★牛乳	<b>ハムマヨパン</b> ★強力粉 ★牛乳 砂糖 塩 イースト ★ローズハム マヨドレ ★卵 牛乳 ★牛乳	<b>りんごジャムサンド</b> ★食パン ★りんごジャム 牛乳 ★牛乳	<b>市販菓子</b> お茶

	令和2年11月30日 (月)	令和2年12月1日 (火)	令和2年12月2日 (水)	令和2年12月3日 (木)	令和2年12月4日 (金)	令和2年12月5日 (土)
--	-------------------	------------------	------------------	------------------	------------------	------------------

昼食	カレーライス					
	米					
	★豚肉					
	じゃがいも					
	たまねぎ					
	にんじん					
	油					
	★バター					
	★薄力粉					
	カレー粉					
	塩					
	★牛乳					
	トマトケチャップ					
	★ソース					
	水					
	★だし					
	★しょうゆ					
	しょうが					
	みりん					
	ほうれん草とツナのサラダ					
つな						
ほうれんそう						
油						
酢						
砂糖						
塩						

おやつ	コーンフレーククッキー					
	★コーンフレーク					
	★薄力粉					
	★バター					
	★卵					
	砂糖					
	牛乳					
	★牛乳					