

2号認定
保護者各位



11月のこんだて



第10-16号
令和3年10月29日(金)
学校法人小檜山学園
認定こども園
三沢第一幼稚園
園長 馬場美奈子

日	曜日	献立名	主な材料
①	月	味噌ラーメン・ジャーマンポテト フルーツ・麦茶	中華麺、みそ、もやし、コーン、なると、海苔/ベーコン、じゃが芋 玉葱、人参、ほうれん草
2	火	筑前煮・菊花の和え物 なめこの味噌汁・フルーツ・麦茶	鶏肉、大根、ごぼう、れんこん、人参、椎茸、こんにゃく、小葱/ 菊花、小松菜、キャベツ、人参/なめこ、豆腐、にら、みそ、煮干
3	水	休園(文化の日)	
4	木	八宝菜・卵サラダ 茄子の味噌汁・フルーツ・牛乳	豚肉、いか、白菜、玉葱、人参、筍、いんげん、きくらげ/卵、レタス、人参 ハム、ブロッコリー、マヨネーズ、トマト/茄子、えのき茸、油揚げ、みそ、煮干
5	金	ホッケの塩焼・切り昆布の煮物 南瓜の味噌汁・フルーツ・麦茶	ホッケ/鶏肉、昆布、人参、しめじ、厚揚げ/南瓜、玉葱、みそ 煮干
6	土	豚肉とピーマンのソテー・わかめのおかか和え 里芋の味噌汁・フルーツ・麦茶	豚肉、玉葱、ピーマン、パプリカ/わかめ、人参、胡瓜、ちくわ かつおぶし/里芋、チンゲン菜、みそ、煮干
7	日	休園	
⑧	月	フレンチトースト・鶏肉とアスパラのケチャップ炒め コーンスープ・フルーツ・麦茶	食パン、卵、牛乳/鶏肉、玉葱、人参、カリフラワー、アスパラ マッシュルーム、ケチャップ/コーン、牛乳、スープの素
9	火	栄養きんぴら・酢かぶ 豆腐の味噌汁・フルーツ・麦茶	豚肉、ごぼう、人参、れんこん、糸こん、さつま揚げ、ちくわ なると、いんげん/かぶ、胡瓜/豆腐、水菜、わかめ、みそ、煮干
10	水	手作り弁当の日(誕生会...ジュースが出ます)	
11	木	ウイナーソテー・もやしの胡麻和え 洋風かきたま汁・フルーツ・麦茶	ウイナー/もやし、人参、ブロッコリー、胡麻/鶏肉、玉葱 人参、椎茸、ほうれん草、春雨、卵
12	金	ポークカレー・揚げ餃子・コールスローサラダ ミニケーキ・麦茶	豚肉、じゃが芋、玉葱、人参、カレーパウダー、牛乳、福神漬/餃子/キャベツ 人参、ツナ缶、トマト、ドレッシング/ロールケーキ、生クリーム
13	土	サンマの塩焼・小松菜のおろし煮 玉葱の味噌汁・フルーツ・麦茶	サンマ/鶏挽肉、小松菜、人参、しめじ、大根/玉葱、さつま芋 みそ、煮干
14	日	休園	
⑮	月	わかめうどん・キャベツとえびのマヨネーズ和え フルーツ・麦茶	うどん、鶏肉、長葱、人参、わかめ、卵/キャベツ、えび、舞茸 人参、マヨネーズ
16	火	麻婆茄子・粉吹芋 大根の味噌汁・フルーツ・麦茶	豚肉、茄子、玉葱、人参、筍、ピーマン、パプリカ、厚揚げ 麻婆の素/じゃが芋/大根、なめこ、小葱、みそ、煮干
17	水	しらす納豆・チーズ炒り卵 豚汁・フルーツ・牛乳	納豆、しらす、青のり/チンゲン菜、トマト、チーズ、卵/豚肉 ごぼう、玉葱、人参、こんにゃく、里芋、きくらげ、小松菜、みそ
18	木	鮭のムニエル・ミックスベジタブルソテー かぶの味噌汁・フルーツ・麦茶	サケ、小麦粉/ミックスベジタブル、バター/かぶ、春菊、板麩 みそ、煮干
19	金	きのこさつま芋のシチュー・ほうれん草の白和え フルーツ・麦茶	鶏肉、さつま芋、玉葱、人参、椎茸、しめじ、アスパラ、シチュールウ 牛乳/ほうれん草、ひじき、人参、ちくわ、豆腐
20	土	めだまやき・にらと白菜のソテー えのき茸の味噌汁・フルーツ・麦茶	卵/豚挽肉、にら、白菜、人参/えのき茸、いんげん、みそ 煮干
21	日	休園	
⑳	月	サンドイッチ・春雨サラダ 水菜スープ・フルーツ・牛乳	食パン、ハム、マーガリン、ジャム/春雨、鶏ささみ、胡瓜 レタス、人参、卵、胡麻、ドレッシング/水菜、玉葱、コーン
23	火	休園(勤労感謝の日)	
24	水	白身魚フライ・せん切りキャベツ・トマト ポトフ・フルーツ・麦茶	白身魚フライ、ソース/キャベツ、人参/トマト/ ウイナー、じゃが芋、玉葱、人参、しめじ、ブロッコリー
25	木	すき焼き風煮物・ゆで卵 菊花の味噌汁・フルーツ・麦茶	豚肉、ごぼう、玉葱、人参、椎茸、糸こん、白菜、高野豆腐 いんげん/卵/菊花、ほうれん草、大根、みそ、煮干
26	金	豆腐の香り焼・里芋のベーコン煮 チンゲン菜の味噌汁・フルーツ・麦茶	豆腐、小麦粉、カレー粉/ベーコン、里芋、れんこん、人参 小葱/チンゲン菜、茄子、舞茸、みそ、煮干
27	土	チーズハンバーグ・人参とアスパラのグラッセ 小松菜の味噌汁・フルーツ・麦茶	合挽肉、玉葱、卵、パン粉、チーズ、ケチャップ/ 人参、アスパラ、バター/小松菜、南瓜、みそ、煮干
28	日	休園	
㉑	月	焼きそば・さつま芋とりんごの甘煮 具だくさんわかめスープ・ヨーグルト・麦茶	中華麺、鶏肉、キャベツ、人参、ピーマン、ソース/さつま芋、りんご レーズン/わかめ、筍、椎茸、長葱、豆腐、卵/ヨーグルト
30	火	ハヤシライス・白菜のかにかま和え フルーツ・麦茶	豚肉、じゃが芋、玉葱、人参、マッシュルーム、グリーンピース ハヤシルウ/白菜、もやし、胡瓜、かにかまぼこ

※ ○がついている日は、ご飯はいりません。食物アレルギーをもつお子様には、代替食を提供します。