2号認定
保護者各位

11 月 の こ ん だ て

第10－17号
令和5年10月31日（火）
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	水	茄子とちくわの味噌炒め ・ 茹でさつま芋 洋風かきたま汁 ・ フルーツ ・ 牛乳	茄子、ちくわ、ピーマン、みそ/さつま芋/鶏肉、玉葱、人参 きくらげ、ほうれん草、春雨、卵/オレンジ/牛乳
2	木	焼き鮭 ・ きんぴらごぼう 味噌汁（わかめ、豆腐） ・ フルーツ ・ 麦茶	サケ/ごぼう、人参、胡麻/わかめ、豆腐、みそ、煮干/ グレープフルーツ
3	金	休　　園（文化の日）	
④	土	にゅうめん ・ 鶏つくね煮 ・ 小松菜のお浸し フルーツ ・ 麦茶	そうめん、長葱、人参、舞茸、油揚げ/鶏挽肉、玉葱、片栗粉/ 小松菜/柿
5	日	休　　園	
⑥	月	サンドイッチ ・ チーズとツナの炒り卵 スープ（水菜、人参、えのき茸） ・ フルーツ ・ 牛乳	食パン、マヨネーズ、ハム、ジャム/チーズ、ツナ、卵/ 水菜、人参、えのき茸/りんご/牛乳
7	火	鶏肉と野菜の旨煮 ・ かぶと胡瓜のゆかり和え 味噌汁（なめこ、にら） ・ フルーツ ・ 麦茶	鶏肉、大根、人参、里芋、れんこん、椎茸、厚揚げ、グリンピース/ かぶ、胡瓜、ゆかり/なめこ、にら、みそ、煮干/バナナ
8	水	手作り弁当の日（誕生会･･･ジュースが出ます）	
9	木	白身魚フライ ・ せん切りキャベツ ・ ウインナー 味噌汁（小松菜、卵） ・ フルーツ ・ 麦茶	白身魚フライ/キャベツ、人参、ソース/ウインナー/ 小松菜、卵、みそ、煮干/パイナップル
10	金	ポークカレー ・ 三色サラダ 七五三お祝いケーキ ・ 麦茶	豚肉、じゃが芋、玉葱、人参、カレールウ、牛乳、福神漬/ブロッコリー、トマト コーン、ドレッシング/ロールケーキ、生クリーム、キウイフルーツ、もも缶
11	土	すき焼き風煮物 ・ 青のり納豆 味噌汁（茄子、いんげん） ・ フルーツ ・ 麦茶	豚肉、ごぼう、玉葱、人参、糸こん、白菜、しめじ、麩/ 納豆、青のり/茄子、いんげん、みそ、煮干
12	日	休　　園	
⑬	月	とろろ昆布うどん ・ 南瓜のそぼろ煮 ・ トマト フルーツ ・ ヤクルト ・ 麦茶	うどん、とろろ昆布、ほうれん草、かまぼこ、卵/南瓜、鶏挽肉/ トマト/ヤクルト
14	火	酢豚 ・ ごぼうサラダ 味噌汁（豆腐、キャベツ） ・ フルーツ ・ 麦茶	豚肉、玉葱、人参、ピーマン、パプリカ、椎茸、筍/ごぼう、人参 水菜、かにかまぼこ、胡麻ドレッシング/豆腐、キャベツ、みそ、煮干
15	水	鯖の味噌煮 ・ 白菜のお浸し すまし汁（わかめ、卵） ・ フルーツ ・ 牛乳	サバ、生姜、長葱、みそ/白菜、人参、おくら/わかめ、卵/牛乳
16	木	ジャーマンポテト ・ きゅうりもみ ・ ごましおふりかけ 味噌汁（茄子、小葱） ・ フルーツ ・ 麦茶	ウインナー、じゃが芋、玉葱、人参、アスパラ、コーン/胡瓜/ ごましおふりかけ/茄子、えのき茸、みそ、煮干
17	金	揚げ餃子の野菜あんかけ ・ チーズ 味噌汁（かぶ、小松菜） ・ フルーツ ・ 麦茶	餃子、もやし、玉葱、人参、きくらげ、にら、片栗粉/チーズ/ かぶ、小松菜、みそ、煮干
⑱	土	きなこトースト ・ 大根サラダ スープ（ミックスベジタブル） ・ フルーツ ・ 麦茶	食パン、きなこ、マーガリン/大根、人参、レタス、ハム マヨネーズ/ミックスベジタブル
19	日	休　　園	
⑳	月	シチューパスタ ・ ブロッコリーのおかか和え スープ（チンゲン菜、じゃが芋） ・ ゼリー ・ 麦茶	スパゲティ、ベーコン、ほうれん草、玉葱、人参、コーン、シチュールウ、牛乳/ ブロッコリー、カリフラワー、しめじ、かつおぶし/チンゲン菜、じゃが芋/ゼリー
21	火	ホッケの塩焼き ・ ひじきの煮物 味噌汁（南瓜、玉葱） ・ フルーツ ・ 麦茶	ホッケ/ひじき、切り干し大根、椎茸、人参、さつまあげ いんげん/南瓜、玉葱、みそ、煮干
22	水	タンドリーチキン ・ もやしのナムル スープ（トマト、卵、小葱） ・ フルーツ ・ 牛乳	鶏肉、ヨーグルト、ケチャップ、カレー粉/もやし、人参、胡瓜/ トマト、卵、小葱/牛乳
23	木	休　　園（勤労感謝の日）	
24	金	小松菜とえのき茸の煮浸し ・ 卵焼き ・ 納豆 けんちん汁 ・ フルーツ ・ 麦茶	小松菜、えのき茸/卵/納豆/豚肉、ごぼう、大根、里芋、糸こん 豆腐、長葱
25	土	えびとキャベツのソテー ・ シュウマイ 味噌汁（なめこ、玉葱） ・ フルーツ ・ 麦茶	えび、キャベツ、ピーマン、パプリカ、人参/シュウマイ/ なめこ、玉葱、みそ、煮干
26	日	休　　園	
㉗	月	コロッケサンド ・ 枝豆 ・ トマト ・ チーズ スープ（わかめ、コーン、玉葱） ・ フルーツ ・ 牛乳	ロールパン、キャベツ、コロッケ、ソース/枝豆/トマト/チーズ/ わかめ、コーン、玉葱/牛乳
28	火	麻婆豆腐 ・ 春雨の酢の物 味噌汁（花麩、小松菜） ・ フルーツ ・ 麦茶	豆腐、豚挽肉、玉葱、人参、にら、麻婆の素/春雨、胡瓜、ハム 卵、もやし/花麩、小松菜、みそ、煮干
29	水	ボイルウインナー ・ さつま芋ときのこの味噌バター炒め すまし汁（人参、水菜） ・ ヨーグルト ・ 麦茶	ウインナー/さつま芋、しめじ、椎茸、ブロッコリー、みそ バター/人参、水菜/ヨーグルト
30	木	大根といかの煮物 ・ ほうれん草の鶏ささみ和え 味噌汁（菊花、小葱） ・ フルーツ ・ 麦茶	大根、いか/ほうれん草、白菜、人参、鶏ささみ/菊花、小葱 みそ、煮干

※　　〇がついている日は、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。