

# 令和4年11月 献立表 (幼児食)

橘保育園

曜日	月	火	水	木	金	土
日		1日(ごはん)	2日(ごはん)	3日	4日(ごはん)	5日(パン)
朝の間食		せんべい・牛乳	ビスケット・豆乳		ウエハース・牛乳	かりんとう・牛乳
昼食		チキン南蛮 大豆の五目煮 きゅうりと ちりめんの酢の物 椎茸と里芋の味噌汁 りんご	さわらのねぎ味噌焼き 牛肉と野菜の大和煮 マカロニサラダ 豆腐としめじのすまし汁 バナナ		さばの塩焼き 野菜のかき揚げ 小松菜と柿の和え物 花麩のすまし汁 みかん	チキンかつ ツナじゃが きゅうりとカニかまの サラダ チンゲン菜のスープ ブルー
昼の間食		くるみケーキ(手作り) スキムミルク	フルーツきんとん(手作り) スキムミルク	文化の日	チーズケーキ(手作り) ヨーグルト	ミレービスケット・黄桃 牛乳
園での1日 摂取カロリー		3歳未満児：518kcal 3歳以上児：408kcal	3歳未満児：497kcal 3歳以上児：390kcal		3歳未満児：496kcal 3歳以上児：394kcal	3歳未満児：481kcal 3歳以上児：355kcal
日	7日(ごはん)	8日(ごはん)	9日(ごはん)	10日(ごはん)	11日(ごはん)	12日(パン)
朝の間食	ビスケット・牛乳	クッキー・牛乳	クラッカー・豆乳	ウエハース・牛乳	かりんとう・牛乳	ポーロ・牛乳
昼食	牛肉の香味焼き 千切り大根の炒め煮 春雨の酢の物 のっぺい汁 パイ	白身魚のムニエル 卵の花炒り煮 ハムとキャベツのサラダ そうめんの味噌汁 なし	とんかつ 厚揚げとアスパラの チャンプルー ほうれん草のピーナッツ和え じゃが芋と玉ねぎの味噌汁 オレンジ	さわらの西京焼き じゃが芋のおかか煮 大根の酢の物 豆腐とえのきの味噌汁 キウイフルーツ	牛肉の柳川風煮 なすとピーマンの味噌炒め 海藻サラダ ほうれん草のすまし汁 柿	焼きそば 白花豆の煮物 ツナときゅうりのサラダ きのこスープ みかん
昼の間食	二色ういろ(手作り) スキムミルク	小倉芋あん(手作り) スキムミルク	チョコチップスコーン(手作り) ヨーグルト	黒ごまクッキー(手作り) スキムミルク	コーンマヨトースト(手作り) スキムミルク	胚芽ビスケット・パイ 牛乳
園での1日 摂取カロリー	3歳未満児：530kcal 3歳以上児：414kcal	3歳未満児：505kcal 3歳以上児：371kcal	3歳未満児：482kcal 3歳以上児：376kcal	3歳未満児：488kcal 3歳以上児：350kcal	3歳未満児：480kcal 3歳以上児：367kcal	3歳未満児：505kcal 3歳以上児：384kcal
日	14日(ごはん)	15日(ごはん)	16日	17日	18日(ごはん)	19日(パン)
朝の間食	ウエハース・牛乳	クラッカー・牛乳	ポーロ・豆乳	ビスケット・牛乳	せんべい・牛乳	クッキー・牛乳
昼食	あじフライ 干草焼き きゅうりとコーンのサラダ 厚揚げとえのきの味噌汁 みかん	豚肉のしょうが焼き かぼちゃの煮物 大根の梅マヨサラダ 白菜の味噌汁 ブルー	 誕生日会	 愛情弁当の日	さばの揚げ煮 肉じゃが カッターチーズサラダ かぶのスープ バナナ	焼きビーフン さわらの塩焼き きゅうりとコーン 中華和え 卵と玉ねぎのスープ キウイフルーツ
昼の間食	マカロニきな粉(手作り) スキムミルク	シュガーパイ(手作り) 飲むヨーグルト	クリームサンドクラッカー・パイ 100%野菜ジュース	お好み焼き(手作り) スキムミルク	ジャム入り蒸しパン(手作り) スキムミルク	かぼちゃラスク・ブルー 牛乳
園での1日 摂取カロリー	3歳未満児：522kcal 3歳以上児：410kcal	3歳未満児：491kcal 3歳以上児：376kcal		3歳未満児：209kcal 3歳以上児：164kcal	3歳未満児：507kcal 3歳以上児：416kcal	3歳未満児：514kcal 3歳以上児：388kcal
日	21日(ごはん)	22日(ごはん)	23日	24日(ごはん)	25日(パン)	26日(パン)
朝の間食	ポーロ・牛乳	ビスケット・牛乳		せんべい・牛乳	かりんとう・牛乳	ウエハース・牛乳
昼食	れんこんハンバーグ がんもどきと野菜の煮物 ほうれん草のごま和え 人参とえのきの味噌汁 オレンジ	白身魚の天ぷら 牛肉入りきんぴらごぼう 竹輪ときゅうりの酢の物 千切り大根の味噌汁 バナナ		ぶりの照り焼き 高野豆腐と野菜の煮物 ほうれん草の白和え そうめんのすまし汁 りんご	豚肉のピカタ 筑前煮 キャベツとツナのサラダ しめじと大根の味噌汁 ブルー	肉うどん ししゃも焼き 金時豆の煮物 春雨サラダ みかん
昼の間食	栗蒸しろうかん(手作り) スキムミルク	レモンケーキ(手作り) スキムミルク	勤労感謝の日	黒糖蒸しパン(手作り) 飲むヨーグルト	サクサクココアクッキー(手作り) スキムミルク	あずきクラッカー・ミニゼリー 牛乳
園での1日 摂取カロリー	3歳未満児：446kcal 3歳以上児：317kcal	3歳未満児：518kcal 3歳以上児：414kcal		3歳未満児：504kcal 3歳以上児：372kcal	3歳未満児：501kcal 3歳以上児：366kcal	3歳未満児：503kcal 3歳以上児：396kcal
日	28日(ごはん)	29日(パン)	30日(ごはん)	<ひとくちメモ> 11月24日は「和食の日」です。自然の美しさや文化との結びつきを表しており、“いい日本食”と制定されました。2014年にユネスコ無形文化遺産に登録されています。 給食では、お味噌汁のだし、煮物のだしはすべて昆布・鰹節・煮干しを使用して手作りしています。だしには“うま味”が含まれており、和食には欠かせません。 今月も沢山の和食を献立に入れています。この機会にご家庭でもじっくり和食に触れ、味わってみてください。		
朝の間食	クッキー・牛乳	ポーロ・牛乳	せんべい・豆乳			
昼食	鮭の漬け焼き 鶏レバーのマリアナソース ブロッコリーと カニかまのサラダ もやしと油揚げの味噌汁 キウイフルーツ	鶏肉のねぎ味噌焼き 枝豆入りさつま揚げ きゅうりとひじきのサラダ 白菜とえのきのすまし汁 柿	あじの竜田揚げ 三色炒り卵 納豆サラダ かぼちゃの味噌汁 みかん			
昼の間食	ホットケーキ(手作り) スキムミルク	マドレーヌ(手作り) ジャム入りヨーグルト	ロッククッキー(手作り) スキムミルク			
園での1日 摂取カロリー	3歳未満児：509kcal 3歳以上児：390kcal	3歳未満児：502kcal 3歳以上児：392kcal	3歳未満児：494kcal 3歳以上児：397kcal			

※ 朝の間食及び主食は、3歳未満児のみ、  
 ※ 献立表には載せていませんが盛り付け時は、キャベツ・ブロッコリー・トマト・枝豆・とうもろこし等を添え野菜として使用しています。  
 ※ 食材が業者の都合等で入荷せずメニューが変更になることがあります。  
 ※ 麦茶はお子さまがいつでも飲めるよう各クラスに準備してあります。麦茶用カップは、洗浄・消毒し常に衛生的なものを使用しています。