



11月給食献立予定表



平成20年度 なでしこ幼稚園

日 曜	献立名	赤:血や肉になる	黄:熱や力になる	緑:調子を整える
3 月	文化の日			
4 火	五穀ごはん 里芋のごま味噌煮 かつおフライ	豚肉・厚揚げ・味噌 かつお・卵	米・五穀米・里芋・油 砂糖・ごま・こんにゃく	人参・大根 いんげん
5 水	お弁当			
6 木	フィッシュバーガー ABCスープ	たら・ベーコン	パン・じゃがいも・油 マヨネーズ・マカロニ	人参・玉ねぎ キャベツ・パセリ
7 金	チキンカレー さっぱりサラダ	鶏肉・チーズ ツナ	米・五穀米・じゃがいも 砂糖・ごま油・油	人参・玉ねぎ・ピーマン キャベツ・きゅうり
10 月	お誕生日会			
11 火	五穀ごはん ポトフ 鶏の照り焼き	鶏肉・ウインナー	米・五穀米 砂糖・じゃがいも	人参・玉ねぎ キャベツ・かぶ
12 水	五穀ごはん 豚汁 (幼稚園のさつまいもを使います) サバのみぞれ煮	さば・豚肉 味噌・油揚げ	米・五穀米・砂糖 さつまいも・こんにゃく	人参・大根・キャベツ ごぼう・ねぎ・こんぶ
13 木	ミルクパン 肉うどん おかか和え	牛肉・かまぼこ 油揚げ	うどん・パン 砂糖	人参・キャベツ・小松菜 玉ねぎ・ねぎ
14 金	マーボー丼 ほうれん草の胡麻和え デザート	豆腐・豚肉 味噌	米・五穀米・砂糖・油 ごま・ごま油・片くり粉	人参・ほうれん草・ねぎ・竹の子 玉ねぎ・ねぎ・椎茸・グリーンピース
17 月	おやつ			
18 火	五穀ごはん 里芋のごま味噌煮 かつおの香味揚げ	豚肉・厚揚げ・味噌 かつお・卵	米・五穀米・里芋・油 砂糖・ごま・こんにゃく	人参・大根 いんげん
19 水	五穀ごはん きのこのシチュー ポパイサラダ	鶏肉・ツナ チーズ	米・五穀米・油 じゃがいも・マヨネーズ	人参・玉ねぎ・しめじ・パセリ ほうれん草・コーン・エリンギ
20 木	フィッシュバーガー ABCスープ	たら・ベーコン	パン・じゃがいも・油 マヨネーズ・マカロニ	人参・玉ねぎ キャベツ・パセリ
21 金	チキンカレー さっぱりサラダ	鶏肉・チーズ ツナ	米・五穀米・じゃがいも 砂糖・ごま油・油	人参・玉ねぎ・ピーマン キャベツ・きゅうり
24 月	振替休日			
25 火	五穀ごはん 大根のそぼろ煮 ほうれん草の胡麻和え	豚肉・うずら卵 厚揚げ	米・五穀米・油・ごま油 こんにゃく・砂糖・ごま	人参・大根・ほうれん草 もやし・椎茸・グリーンピース
26 水	お弁当			
27 木	ハニーパンス 豆のミネストローネ チキンカツ ミニトマト	鶏肉・インゲン豆 ベーコン・チーズ・卵	パン・マカロニ・油	人参・キャベツ・ミニトマト 玉ねぎ・セロリ・パセリ
28 金	五穀ごはん ごますいとん かぼちゃコロッケ 即席漬	厚揚げ・鶏肉・味噌	米・五穀米・油・ごま 白玉粉・かぼちゃコロッケ	人参・キャベツ・大根 小松菜・ねぎ・こんぶ

*材料の都合により、献立を一部変更することがあります。

10月のメニューから献立紹介！〈コーンスープ〉 子供達に大人気です！

材料…分量（5人分）

玉ねぎ…1/2個
人参…1/3本
クリームコーン…小1缶
ベーコン…3枚
絹ごし豆腐…半丁
卵…2個
ねぎ…適量
鶏がらスープ…5g
うす口醤油…大さじ1と1/2

作り方

- ① 玉ねぎはスライス・人参はいちょう切り・ベーコンは短冊切り・豆腐はさいの目切り・ねぎは小口切りにする。
- ② 鍋にベーコンを入れてから煎りし、玉ねぎ・人参を加え水・クリームコーンを入れて煮る。
- ③ 煮立ってきたら、豆腐・調味料・溶き卵・ねぎを加えて出来上がり！

お好みて、きくらげや春雨などを入れてもおいしいです！