

令和6年11月

献立予定表

バンビ保育園梅島園

日	曜日	食		材		その他		
		昼食	間食	血や肉を作るもの(赤)	熱や力となるもの(黄)		体の調子をよくするもの(緑)	
11	25	月	ご飯 魚のごま照り焼き お浸し さつま汁 果物 牛乳/青菜蒸しパン	鮭 糸削り節 みそ・鶏肉 牛乳/豆乳	米 白ごま さつま芋・ごま油 /小麦粉・白砂糖油	人参・白菜 大根・玉葱・人参・葉葱 果物 /青菜	酒・みりん・醤油 醤油・かつお節 かつお節 /ハーフ・キングバグ	
12	26	火	ぶりかけごはん 生揚げの中華炒め 春雨スープ 果物 牛乳/ぶどうゼリー/せんべい	青のり・糸削り節 生揚げ・豚肉 わかめ・鶏肉 牛乳//	米・白砂糖 片栗粉・三温糖・ごま油 春雨 /白砂糖/せんべい	キャベツ・生姜・玉葱・にら・人参・ニンニク 人参・葱・えのきたけ 果物 /ぶどうジュース(100%)・粉寒天/	醤油 酒・みりん・醤油・塩 醤油・塩・かつお節 //	
13	27	水	食パン 豚肉のガーリック焼き せんきゃべつ 野菜スープ 果物 牛乳/お麩ラスク	豚肉 ハーフ 牛乳/焼き麩	食パン 油 油 /グラニュー糖・バター・白砂糖	玉葱・ニンニク キャベツ・人参 玉葱・人参・もやし 果物	酒・みりん・醤油・塩 塩 醤油・塩・かつお節・0-11 /	
14	28	木	ご飯 ひじき入りつくね 即席漬 青菜のみそ汁 果物 牛乳/ブルーベリージャムサンド	豆腐・干しひじき・鶏肉 油揚げ・みそ 牛乳/	米 片栗粉・白砂糖・油 /食パン・ブルーベリージャム	生姜・玉葱 胡瓜・人参・白菜 玉葱・青菜 果物	醤油・塩・かつお節 醤油・塩 かつお節 /	
1	15	29	金	ほうとう風うどん 華風大根 果物 牛乳/ゆかりおにぎり	油揚げ・みそ・鶏肉 牛乳/	干しうどん 白砂糖・ごま油 /米	南瓜・玉葱・人参・葉葱・ぶなしめじ 青菜・大根・人参 果物 /ゆかり	みりん・醤油・かつお節・出し昆布 醤油・塩・酢 /
2	16	30	土	すきやき丼 もやしのナムル みそ汁 果物 牛乳/クラッカー/果物	焼き豆腐・豚肉 みそ 牛乳//	米・白砂糖・油 白砂糖・ごま油 里芋 /クラッカー/	玉葱・人参 青菜・人参・もやし 玉葱・葉葱 果物 //果物	醤油・かつお節 醤油・酢 かつお節 //
1	18	月	お豆のドライカレー フレンチサラダ 青菜のスープ 果物 牛乳/スイートパンプキン/クラッカー	ミックスビーンズ水缶・豚肉 ハーフ 牛乳/牛乳/	米・油 白砂糖・油 /白砂糖・バター/クラッカー	生姜・玉葱・人参・ニンニク・ピザ・トマト・ピザ・ジュレ キャベツ・胡瓜・人参・干しぶどう 玉葱・青菜 果物 /南瓜/	中濃ソース・塩・トマトソース・カレー粉 塩・酢 醤油・塩・かつお節 //	
5	19	火	ご飯 魚の竜田揚げ かぶのちりめん和え みそ汁 果物 牛乳/あんバターサンド	さば ちりめん 豆腐・みそ 牛乳/	米 片栗粉・油 白砂糖・ごま油 /食パン・あんこ・バター	生姜 かぶの葉・かぶ・人参 人参・葱・白菜 果物	酒・醤油 醤油・酢 かつお節 /	
6	20	水	ご飯 松風焼き 野菜の磯和え みそ汁 果物 牛乳/パインゼリー/ビスケット	豆腐・鶏肉・みそ 焼きのり 生揚げ・みそ 牛乳/	米 片栗粉・三温糖・油 /白砂糖・ビスケット	葱 人参・もやし・青菜 南瓜・玉葱 果物 /パイン缶詰・りんごジュース・粉寒天/	醤油・塩・かつお節 醤油 かつお節 //	
7	21	木	森お誕生会メニュー キャロットパン 鶏肉の香草パン粉焼き れんこんのソテー お野菜スープ 果物 牛乳/もみじごはん//マーマレードケーキ	鶏肉 ハーフ 牛乳//無調整豆乳	キャロットパン 生パン粉・油 油 じゃが芋 /米・油//小麦粉・白砂糖・7-11・油	ハーフ 人参・蓮根 玉葱・人参・ブロッコリー 果物 /人参	酒・塩 醤油・塩 醤油・塩・かつお節・0-11 /醤油・塩//ハーフ・キングバグ	
8	22	金	肉野菜麺 さつま芋甘辛煮 果物 牛乳/ごまわかめごはん	豚肉 牛乳/わかめ	生中華麺・ごま油 さつま芋・三温糖 /米・白ごま油	キャベツ・生姜・玉葱・人参・ニンニク・もやし 果物	醤油・塩・かつお節・出し昆布 みりん・醤油 /酒・醤油	
9		土	豚ニラチャーハン ツナポテト炒め 清汁 果物 牛乳/せんべい/果物	豚肉 ツ缶 かまぼこ・紅 牛乳//	米・油 じゃが芋・油 /せんべい	にら・人参・ニンニク・葱 グリーンピース・冷・玉葱 大根・葉葱 果物 //果物	醤油・塩 醤油・塩 醤油・塩・かつお節 //	

今月の平均栄養価 乳児：エネルギー502 kcal たんぱく質：22.8g 脂質：15.2g 食塩相当量 ※乳児は毎日10時に牛乳を70cc飲んでます。
 幼児：エネルギー572 kcal たんぱく質：25.5g 脂質：16.1g 食塩相当量：1.4g

- 今月の使用予定果物：バナナ・みかん・かき・りんご・みかん缶・黄桃缶・パイン缶（入荷状況等により日々の使用果物を決定します）
- 献立（食材）は、園の行事・その他の都合により、変更することがありますのでご了承ください。献立が変更になった場合は、お知らせします。
- 献立表の食材を確認し、家庭で食べたことがない食品がありましたら、事前に担任までお知らせください。
- ※5、19日にさばを使用した献立を予定しています。
- ※18日のお豆のドライカレーにミックスビーンズ缶（ひよこ豆・青えんどう豆・レッドキドニー）を使用します。