

2022年度 11月離乳食 完了期 予定献立

かえて保育園

献立名		材 料		献立名		材 料				
日・曜日	献立名	材 料	おやつ	日・曜日	献立名	材 料	おやつ			
1日 (火)	ごはん 豚肉とキャベツの味噌炒め ほうれん草のツナ和え みそ汁 りんご	米 豚肉、たまねぎ、にんじん、キャベツ、米みそ、しょうゆ、砂糖、酒、みりん ほうれん草、にんじん、もやし、ツナ缶、酢、しょうゆ、砂糖 絹ごし豆腐、じゃがいも、えのき、うすあげ、わかめ、かつお節布だし、米みそ りんご	牛乳 食パン	17日 (木)	ラーメン キャベツの酢和え いりこ みかん	中華麺、鶏むね肉、コーン缶、わかめ、葉ねぎ、かつお節布だし、しょうゆ、砂糖、ごま油、塩 キャベツ、にんじん、きゅうり、ツナ缶、酢、砂糖、塩 いりこ みかん	牛乳 フルーツ盛り合わせ (りんご、柿、バナナ)			
2日 (水)	ごはん 野菜の煮物 ポテトサラダ/チーズ 野菜スープ りんご	米 合い挽きミンチ、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、かつお節布だし、しょうゆ、砂糖、みりん、酒 じゃがいも、さつまいも、にんじん、きゅうり、りんご、コーン缶、酢、砂糖、塩、油 たまねぎ、かつお節布だし、しょうゆ、塩 りんご	牛乳 クラッカー/りんご	18日 (金)	お弁当日		牛乳 市販菓子			
3日 (木)	文化の日						19日 (土)			
4日 (金)	ごはん/納豆 鮭の照り焼き 野菜の和え物 豚汁 バナナ	米、納豆 鮭、しょうゆ、砂糖、みりん キャベツ、にんじん、きゅうり、酢、砂糖、塩、油 豚肉、さつまいも、だいこん、にんじん、板こんにゃく、葉ねぎ、かつお節布だし、米みそ バナナ	牛乳 菓子パン	21日 (月)	ごはん/手作りふりかけ 鮭の照り焼き ブロッコリーとコーンの和え物 たまねぎ みそ汁 りんご	米、かつおぶし、こんぶ、白ごま、しょうゆ、砂糖、みりん 鮭、しょうゆ、砂糖、みりん ブロッコリー、にんじん、キャベツ、コーン缶、酢、砂糖、塩、油 たまねぎ、ほくさい、わかめ、かつお節布だし、米みそ りんご	牛乳 きなこバナナ (バナナ、きなこ、砂糖)			
5日 (土)	つぼみ・幼児 運動発表会						22日 (火)	ごはん/ふりかけ ハンバーグ ココロサラダ コーンスープ りんご	米、ゆかり、白ごま 合い挽きミンチ、たまねぎ、パン粉、ケチャップ、ウスターソース じゃがいも、にんじん、きゅうり、酢、砂糖、塩、油 クリームコーン缶、コーン缶、たまねぎ、豆乳、小麦粉、コンソメ りんご	牛乳 りんご、市販菓子
7日 (月)	煮ごはん 鮭の塩焼き マカロニサラダ みそ汁 りんご	米、押し麦 鮭、塩 マカロニ、にんじん、きゅうり、コーン缶、マヨネーズ、酢、砂糖、塩、油 絹ごし豆腐、たまねぎ、かぼちゃ、わかめ、かつお節布だし、米みそ りんご	牛乳 こへいもち (米、米みそ、砂糖、みりん)	23日 (水)	勤労感謝の日					
8日 (火)	マーボー丼 春雨サラダ とうがんスープ りんご	米、木綿豆腐、豚ミンチ、にんじん、たまねぎ、しょうが、白ねぎ、米みそ、しょうゆ、砂糖、片栗粉 春雨、きゅうり、にんじん、もやし、白ごま、ごま油、しょうゆ、砂糖、塩 とうがん、鶏ミンチ、干ししいたけ、かつお節布だし、しょうゆ、酒、塩 りんご	牛乳 にゅうめん (そうめん、うすあげ、わかめ、砂糖、しょうゆ、かつお節布だし、みりん、塩)	24日 (木)	きのこごはん 鮭の塩焼き ほうれん草の和え物 切り干し大根の煮物 みそ汁 りんご	米、えのき、しめじ、エリンギ、うすあげ、かつお節布だし、しょうゆ、みりん、塩 鮭、塩 ほうれん草、もやし、白ごま、しょうゆ、砂糖、ごま油 切り干し大根、にんじん、かつお節布だし、しょうゆ、酒、みりん、砂糖 絹ごし豆腐、だいこん、わかめ、かつお節布だし、米みそ りんご	牛乳 やさしいち (さつまいも)			
9日 (水)	ごはん 肉じゃが きゅうりとわかめの和え物 みそ汁 りんご	米 牛、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、糸こんにゃく、いんげん、かつお節布だし、しょうゆ、みりん、砂糖、酒 きゅうり、もやし、わかめ、酢、砂糖、塩、油 厚揚げ、だいこん、焼き鮭、かつお節布だし、米みそ りんご	牛乳 フルーツ盛り合わせ (柿、りんご、みかん)	25日 (金)	中華丼 さつまいもの和え物 みそ汁 みかん	米、豚肉、はくさい、にんじん、たまねぎ、しょうが、白ねぎ、しょうゆ、酒、砂糖、塩、片栗粉 さつまいも、じゃがいも、きゅうり、にんじん、コーン缶、酢、砂糖、塩、油 絹ごし豆腐、えのき、わかめ、かつお節布だし、米みそ みかん	牛乳 どらやき (ホットケーキミックス、豆乳、つぶあん)			
10日 (木)	豚バラとほくさいのうどん さつまいもの甘煮 にんじんシリシリ バナナ	うどん、豚肉、はくさい、うすあげ、葉ねぎ、しょうゆ、みりん、酒、塩、かつお節布だし、片栗粉 さつまいも、砂糖、塩 にんじん、ごま油、塩、白ごま バナナ	牛乳 きなこおはぎ (米、きなこ、砂糖)	26日 (土)						
11日 (金)	ごはん/手作りふりかけ 鶏肉の照り焼き もやしときゅうりの酢の物 みそ汁 りんご	米、こんぶ、かつおぶし、白ごま、しょうゆ、砂糖、みりん 鶏もも肉、しょうゆ、砂糖、みりん、かぼちゃ もやし、きゅうり、にんじん、酢、砂糖、塩、油 絹ごし豆腐、えのき、たまねぎ、うすあげ、わかめ、かつお節布だし、米みそ りんご	牛乳 煎し芋 (さつまいも)	28日 (月)	ごはん 鶏肉の塩焼き ほうれん草と小松菜のお浸し 和風スープ りんご	米 鶏もも肉、塩 ほうれん草、ごま油、にんじん、うすあげ、かつお節布だし、しょうゆ、みりん 絹ごし豆腐、わかめ、えのき、かつお節布だし、しょうゆ、酒、塩 りんご	牛乳 マカロニきなこ (マカロニ、きなこ、砂糖)			
12日 (土)				29日 (火)	煮ごはん 鮭の塩焼き 白和え ずまし汁 りんご	米、押し麦 鮭、塩 木綿豆腐、ほうれん草、にんじん、ひじき、糸こんにゃく、白ごま、しょうゆ、砂糖、米みそ えのき、うすあげ、わかめ、かつお節布だし、しょうゆ、酒、塩 りんご	牛乳 さつまいもパイ (パイシート、さつまいも、バター、牛乳、砂糖)			
14日 (月)	ごはん 鮭の塩焼き ほうれん草のおかか和え みそ汁 りんご	米 鮭、塩 ほうれん草、ごま油、コーン缶、かつおぶし、しょうゆ、みりん うすあげ、だいこん、わかめ、焼き鮭、かつお節布だし、米みそ りんご	牛乳 ホットケーキ (ホットケーキミックス、豆乳、いちごジャム)	30日 (水)	ごはん/ひじき納豆 厚揚げのツナ焼き にんじんのごま和え かす汁 りんご	米、ひじき、納豆、しょうゆ 厚揚げ、ツナ缶、コーン缶、青のり、油、しょうゆ にんじん、もやし、キャベツ、酢、しょうゆ、砂糖、塩、油 豚肉、だいこん、にんじん、板こんにゃく、うすあげ、かつお節布だし、米みそ、酒粕 りんご	牛乳 食パン			
15日 (火)	ごはん/納豆 鶏肉の照り焼き スパゲティサラダ ずまし汁 りんご	米、納豆 鶏もも肉、じゃがいも、しょうゆ、砂糖、みりん スパゲティ、にんじん、きゅうり、コーン缶、酢、砂糖、塩、油 絹ごし豆腐、えのき、たまねぎ、わかめ、かつお節布だし、しょうゆ、酒、塩 りんご	牛乳 やさしいち (さつまいも)							
16日 (水)	煮ごはん さといもと厚揚げの煮物 大根とにんじんのあっさり揚げ みそ汁 りんご	米、にんじん、ごぼう、板こんにゃく、しめじ、うすあげ、かつお節布だし、しょうゆ、みりん さといも、厚揚げ、かつお節布だし、しょうゆ、砂糖、みりん、酒 だいこん、にんじん、砂糖、酢、塩、こんぶ、白ごま ほくさい、わかめ、かつお節布だし、米みそ りんご	牛乳 手作りジャムトースト (食パン、りんご、砂糖)							

※延長のおやつはビスケット・せんべい・おかき・芋けんぴを日替わりで使用しています。
 ※納品の都合上、内容を変更する場合があります。
 ※かえて保育園では食材は基本国産のものを使用しています。

※乳児クラスは毎朝牛乳を飲みます。

おりのりの部屋：廣田・信田より