

2023年度 11月 給食予定献立表 戸塚愛児園

日付	午前 おやつ (乳児)	献立	午後おやつ	エネルギー たんぱく質	材 料 名 (○は午後おやつ)			軽食
					熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
01	牛乳	ごはん 肉豆腐 キャベツの塩昆布和え 大根の味噌汁	ココアレーズンクッキー 牛乳	666.9(597.0) 24.5(22.5)	米、○小麦粉、○グラニュー糖、砂糖、油	木綿豆腐、豚肩ロース肉、○バター、米みそ、○牛乳	キャベツ、たまねぎ、だいこん、ねぎ、にんじん、きゅうり、○干しぶどう、塩こんぶ	おかかご飯
02	牛乳	食パン メカジキのマヨネーズ焼き キュービックサラダ 青梗菜のスープ 乳児:柿	ひじきご飯 お茶	450.2(480.6) 20.4(21.8)	食パン、○米、マヨネーズ、油、○砂糖、砂糖、○油	めかじき、チーズ、○油揚げ	きゅうり、にんじん、たまねぎ、○にんじん、チンゲンサイ、マッシュルーム水煮、○ひじき、かき	わかめご飯
04	牛乳	豚肉の味噌丼 かぼちゃの甘煮 お麩のすまし汁	ゆかりおにぎり お茶	487.3(484.1) 12.4(14.2)	米、○米、砂糖、油、焼ふ	豚肩ロース肉、米みそ	かぼちゃ、たまねぎ、にんじん、ピーマン、ねぎ	/
06	牛乳	ごはん ちくわの磯辺揚げ もやしときゅうりの和え物 きのこと汁	オレンジ蒸しパン 乳児:お茶 幼児:牛乳	534.1(418.0) 18.1(13.4)	米、○ホットケーキミックス、小麦粉、油、○砂糖、砂糖	ちくわ、○豆乳	もやし、にんじん、○オレンジ濃縮果汁、しめじ、きゅうり、えのきたけ、万能ねぎ、あおのり	バナナ
07	牛乳	ごはん 鶏肉のパーベキューソース 白菜のゆかり和え 油揚げと玉ねぎの味噌汁 幼児:柿	シュガーチーズ トースト 牛乳	567.3(494.4) 28.0(25.5)	米、○食パン、片栗粉、○砂糖、砂糖、油	鶏もも肉、○ピザ用チーズ、油揚げ、米みそ	はくさい、かき、にんじん、たまねぎ、りんご、レモン果汁	ふかし芋
08	牛乳	ごはん 鮭のみみじ焼き 切干大根の旨煮 芋炊き汁	マカロニきな粉 乳児:お茶 幼児:牛乳	608.5(484.9) 30.1(24.2)	米、○マカロニ、さといも、マヨネーズ、○砂糖、砂糖	さけ、○きな粉、生揚げ、鶏むね肉、粉チーズ	にんじん、切り干しだいこん、しめじ、万能ねぎ	塩昆布ご飯
09	牛乳	チキンキーマカレー 大根とかにかまのサラダ キャベツのスープ	バナナ おせんべい 牛乳	575.9(515.1) 19.2(17.7)	米、○ソフトおせんべい、マヨネーズ、小麦粉、油、砂糖	鶏ひき肉、かにかまぼこ	○バナナ、たまねぎ、だいこん、キャベツ、きゅうり、にんじん、ピーマン、しょうが	ゆかりご飯
10	牛乳	血うどん さつま芋の甘煮 なめこのスープ	和風ツナおにぎり お茶	441.9(434.0) 17.4(17.1)	チャーメン、さつまいも(皮付)、○米、片栗粉、砂糖、○砂糖、ゆでうどん	鶏むね肉、○ツナ、かまぼこ、○かつお節	はくさい、ねぎ、にんじん、なめこ、たまねぎ、しめじ	青菜ご飯
11	牛乳	マーボー丼 かぶのあちら漬け もやしの味噌汁	ブルーベリージャム サンド 牛乳	549.1(491.1) 22.2(20.4)	米、○食パン、砂糖、片栗粉、ごま油	絹ごし豆腐、豚ひき肉、米みそ	きゅうり、かぶ、もやし、○ブルーベリージャム、ねぎ、たまねぎ、かぶ・葉、しょうが	/
13	牛乳	ごはん 鯖の照り焼き 小松菜の胡麻和え さつま芋とねぎの味噌汁	抹茶のスクーン 乳児:お茶 幼児:牛乳	576.1(455.8) 23.8(18.5)	米、さつまいも(皮付)、○小麦粉、○砂糖、ごま、砂糖	さば、○豆乳、○バター、米みそ	こまつな、にんじん、ねぎ	ひじきご飯
14	牛乳	ハイジパン 鶏肉のオーロラソース焼き ブロッコリーとツナのサラダ 春雨スープ	しそわかめおにぎり お茶	475.3(488.8) 19.2(20.5)	○米、ハイジパン、マヨネーズ、米粉、油、はるさめ、砂糖	鶏もも肉、ツナ	ブロッコリー、にんじん、はくさい、チンゲンサイ	粉吹き芋
15	牛乳	ごはん 鱈の煮付け 白菜と人参の浅漬け かぼちゃの味噌汁	焼き芋 乳児:お茶 幼児:牛乳	531.7(415.8) 22.2(17.1)	○さつまいも(皮付)、米、砂糖	さわら、米みそ	はくさい、かぼちゃ、にんじん、ねぎ、しょうが	中華風塩昆布ご飯
16	牛乳	ごはん レバーのかりん揚げ きゅうりとわかめの酢の物 豆腐の味噌汁	乳児:コーンフレーク 幼児:玄米フレーク スナック 牛乳	642.6(527.0) 25.2(22.9)	米、○玄米フレーク、○マッシュマロ、片栗粉、油、砂糖、ごま、○コーンフロスト、○コーンフレーク	豚レバー、木綿豆腐、○バター、米みそ	きゅうり、たまねぎ、しょうが、カットわかめ	おかかご飯
17	牛乳	鶏そぼろ丼 温野菜 切干大根の味噌汁	ぶどうパン 牛乳	227.2(510.2) 9.9(21.7)	○ぶどうパン、米、砂糖、さつまいも(皮付)	米みそ、鶏ひき肉	切り干しだいこん、ブロッコリー、にんじん、たまねぎ、しょうが	バナナ
18	牛乳	カレーライス かぶのコロコロサラダ えのきのスープ	バナナ おせんべい 牛乳	570.5(510.3) 17.2(15.9)	米、じゃがいも、○ソフトおせんべい、油、砂糖	豚肩ロース肉、カレールー	○バナナ、かぶ、たまねぎ、にんじん、きゅうり、ほうれんそう、えのきたけ	/
20	牛乳	醤油ラーメン おからサラダ みかん	船場雑炊 お茶	383.2(405.9) 17.5(19.0)	ゆで中華めん、○米、マヨネーズ、ごま油、砂糖	鶏むね肉、おから、○さけ、なると、○油揚げ、○米みそ	みかん、ブロッコリー、○だいこん、もやし、たまねぎ、コーン、○にんじん、にんじん、○万能ねぎ	ツナケチャップ ご飯
21	牛乳	ごはん 油淋鶏 人参サラダ お麩と万能ねぎの味噌汁	メープルトースト 牛乳	679.2(608.0) 27.0(24.7)	米、○食パン、油、片栗粉、○メープルシロップ、○マーガリン、焼ふ、砂糖、ごま、ごま油	鶏もも肉、チーズ、米みそ	にんじん、りんご、干しぶどう、万能ねぎ、ねぎ、しょうが	わかめご飯
22	牛乳	ごはん メカジキの唐揚げ 里芋と根菜の煮物 小松菜の味噌汁	マーマレードケーキ 乳児:お茶 幼児:牛乳	631.2(505.4) 26.0(20.5)	米、○小麦粉、さといも、小麦粉、○油、油、○砂糖、砂糖	めかじき、○豆乳、米みそ	だいこん、○マーマレード、にんじん、たまねぎ、こまつな、しょうが	ふかし芋
24	牛乳	ごはん 豚肉の梅肉焼き ほうれん草の白和え さつま芋の味噌汁	はちみつきな粉 トースト 牛乳	630.9(564.6) 26.3(24.0)	米、○食パン、さつまいも(皮付)、ごま、○はちみつ、○マーガリン、砂糖、○砂糖、油	豚肩ロース肉、木綿豆腐、ちくわ、米みそ、○きな粉	しらたき、ほうれんそう、にんじん、うめ干し	ゆかりご飯
25	牛乳	ツナチャーハン ポテトサラダ キャベツのスープ	お菓子 牛乳	502.4(449.0) 15.0(13.9)	米、じゃがいも、○ビスケット、○ソフトおせんべい、マヨネーズ、ごま油	ツナ	たまねぎ、キャベツ、きゅうり、にんじん、ねぎ	/
27	牛乳	ごはん 鱈の塩焼き ひじきの炒り煮 白菜の味噌汁	甘食 乳児:お茶 幼児:牛乳	536.3(419.9) 23.5(18.3)	米、○小麦粉、○砂糖、○油、砂糖、油	かれい、○豆乳、米みそ	はくさい、にんじん、しめじ、ひじき	青菜ご飯
28	牛乳	さつま芋ごはん 鶏肉のカレー風味焼き きんぴらごぼう 豆腐とわかめの味噌汁	りんごドーナツ 乳児:お茶 幼児:牛乳	609.6(485.9) 24.6(19.2)	米、○ホットケーキ粉、さつまいも(皮付)、○油、砂糖、ごま、ごま油	鶏もも肉、木綿豆腐、○絹ごし豆腐、米みそ	ごぼう、にんじん、○りんご、りんごジャム、しょうが、カットわかめ	バナナ
29	牛乳	ごはん 味噌漬豚肉のソテー うの花炒り煮 お麩とえのきのすまし汁	いちごジャムサンド 牛乳	597.8(534.9) 24.5(22.4)	米、○食パン、砂糖、焼ふ、ごま油	豚肩ロース肉、おから、油揚げ、米みそ	○いちごジャム、えのきたけ、しめじ、にんじん	塩昆布ご飯
30	牛乳	スパゲッティイタリアン かぼちゃサラダ もやしのスープ	チーズおかかおにぎり お茶	464.9(479.4) 16.5(18.2)	スパゲティー、○米、マヨネーズ、砂糖、油	豚ひき肉、○チーズ、○かつお節	かぼちゃ、たまねぎ、キャベツ、きゅうり、もやし、にんじん、トマトピューレ、ピーマン	わかめご飯

・28日お誕生会

※乳児クラスは一日の必要栄養量の補給の為に、牛乳のみを午前おやつとして提供しています。
※当園は卵不使用のマヨネーズを使用しています。