

2024年度 11月 給食予定献立表

戸塚要児園

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 金	牛乳	ごはん レバーのかりん揚げ 白菜と人参の甘酢和え 切干大根の味噌汁 幼児:柿	チーズ蒸しパン 乳児:お茶 幼児:牛乳	652.6(511.7) 26.0(20.4)	米、○小麦粉、○砂糖、片栗粉、油、砂糖、ごま	豚レバー、○牛乳、○チーズ、米みそ	はくさい、かき、にんじん、たまねぎ、しょうが、切り干しだいこん	ひじきご飯
02 土	牛乳	鶏そぼろ丼 温野菜 お麩の味噌汁	お菓子 牛乳	538.0(480.8) 22.1(20.0)	米、○リッツ、○ソフトおせんべい、砂糖、焼ふ	鶏ひき肉、米みそ	かぼちゃ、ブロッコリー、にんじん、たまねぎ、しょうが	
05 火	牛乳	焼きうどん スイートポテトサラダ わかめのスープ 乳児:柿	まいたけご飯 お茶	395.8(431.6) 11.5(13.7)	ゆでうどん、さつまいも(皮付)、○米、○もち米、マヨネーズ、油、○砂糖	豚肩ロース肉、○鶏もも肉、バター、かつお節	キャベツ、たまねぎ、きゅうり、○まいたけ、にんじん、にら、マッシュルーム水煮、○にんじん、カットわかめ、かき	ゆかりご飯
06 水	牛乳	ごはん 鯖の西京焼き 切干大根の旨煮 白菜とほうれん草のすまし汁	ごまトースト 牛乳	559.6(500.5) 25.5(23.3)	米、○食パン、○砂糖、○マーガリン、砂糖、○すりごま	さわら、油揚げ、米みそ	はくさい、たまねぎ、切り干しだいこん、にんじん、ほうれんそう	青菜ご飯
07 木	牛乳	ごはん マーボー豆腐 春雨サラダ 油揚げと玉ねぎの味噌汁	マーマレードケーキ 乳児:お茶 幼児:牛乳	648.1(520.6) 22.8(17.6)	米、○小麦粉、はるさめ、○油、○砂糖、砂糖、片栗粉、ごま油	木綿豆腐、豚ひき肉、○豆乳、米みそ、油揚げ	にんじん、○マーマレード、きゅうり、たまねぎ、ねぎ、たけのこ水煮、しめじ、しょうが	バナナ
08 金	牛乳	ごはん 鶏肉のオニオンドレッシング キャベツの塩昆布和え なめこの味噌汁	揚げぱん 牛乳	629.0(503.4) 25.2(19.7)	米、○コッペパン、○油、片栗粉、砂糖、油、○グラニュー糖	鶏もも肉、米みそ	キャベツ、なめこ、ねぎ、にんじん、きゅうり、たまねぎ、塩こんぶ	ふかし芋
09 土	牛乳	スパゲッティイタリアン 三色サラダ 青梗菜のスープ	中華風塩昆布ご飯 お茶	437.2(454.6) 15.8(17.5)	○米、スパゲティー、油、砂糖、○ごま、○ごま油	豚ひき肉	たまねぎ、ブロッコリー、にんじん、キャベツ、トマトピューレ、チンゲンサイ、コーン、ピーマン、○塩こんぶ	
11 月	牛乳	キーマカレー もやしときゅうりのサラダ キャベツのスープ	わかめおにぎり お茶	444.1(460.7) 13.2(15.2)	米、○米、砂糖、米粉、油	豚ひき肉、鶏ひき肉	たまねぎ、もやし、にんじん、キャベツ、きゅうり、ピーマン、しょうが	バナナ
12 火	牛乳	ごはん 油淋鶏 うの花炒り煮 小松菜の味噌汁	大学芋 乳児:お茶 幼児:牛乳	648.0(520.5) 23.6(18.3) 1.4(1.1)	○さつまいも(皮付)、米、片栗粉、油、○油、砂糖、○砂糖、ごま油、○ごま、○片栗粉	鶏もも肉、おから、米みそ、油揚げ	たまねぎ、こまつな、しめじ、りんご、にんじん、ねぎ、しょうが	和風ツナご飯
13 水	牛乳	ごはん 赤魚の煮付け 白菜と人参の浅漬け かぼちゃの味噌汁	メープルトースト 牛乳	494.0(441.4) 22.8(20.9)	米、○食パン、○メープルシロップ、○マーガリン、砂糖	あかうお、米みそ	はくさい、かぼちゃ、にんじん、ねぎ、しょうが	粉吹き芋
14 木	牛乳	ごはん 豚肉と野菜の味噌炒め きゅうりとわかめの酢の物 豆腐のすまし汁	お菓子 牛乳	588.7(526.7) 22.9(21.0)	米、○源氏パイ、○ソフトおせんべい、砂糖、ごま	豚肩ロース肉、絹ごし豆腐、米みそ	きゅうり、たまねぎ、キャベツ、にんじん、ねぎ、カットわかめ	塩昆布ご飯
15 金	牛乳	コッペパン 鶏肉のケチャップ揚げ ブロッコリーとツナのサラダ 春雨スープ	チーズおかかおにぎり お茶	521.9(530.1) 21.4(22.5)	○米、コッペパン、片栗粉、油、砂糖、はるさめ	鶏もも肉、ツナ、○チーズ、○かつお節	ブロッコリー、にんじん、はくさい	わかめご飯
16 土	牛乳	カレーライス ポパイサラダ 豆腐のスープ	バナナ おせんべい 牛乳	586.5(524.7) 19.7(18.1)	米、じゃがいも、○ソフトおせんべい、マヨネーズ、油	絹ごし豆腐、豚肩ロース肉、カレールウ、かにかまぼこ	○バナナ、ほうれんそう、たまねぎ、にんじん、コーン	
18 月	牛乳	ごはん 鶏肉の生姜焼き 人参サラダ もやしと万能ねぎの味噌汁	甘食 乳児:お茶 幼児:牛乳	682.2(551.3) 26.4(20.8)	米、○小麦粉、○砂糖、○油、油、砂糖	鶏もも肉、チーズ、○豆乳、米みそ	にんじん、もやし、万能ねぎ、干しぶどう、しょうが	おかかご飯
19 火	牛乳	五目ラーメン おからサラダ みかん	船場雑炊 お茶	398.4(419.6) 18.2(19.6)	ゆで中華めん、○米、マヨネーズ、ごま油、砂糖	豚肩ロース肉、おから、○さけ、ハム、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、にんじん、コーン、ねぎ、○にんじん、○万能ねぎ	ふかし芋
20 水	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	ブルーベリージャムサンド 牛乳	577.3(514.7) 27.0(24.6)	米、○食パン、さといも、米粉、油、砂糖	めかじき、米みそ	だいこん、にんじん、○ブルーベリージャム、たまねぎ、こまつな、しょうが	ゆかりご飯
21 木	牛乳	さつま芋ごはん 鶏肉のバーベキューソース ごぼうのサラダ 豆腐とわかめの味噌汁	アップルケーキ 乳児:お茶 幼児:牛乳	613.3(489.3) 26.8(21.2)	米、○ホットケーキ粉、さつまいも(皮付)、○油、マヨネーズ、片栗粉、砂糖、油、ごま、黒ごま	鶏もも肉、絹ごし豆腐、○豆乳、米みそ	ごぼう、○りんご、にんじん、きゅうり、りんご、レモン果汁、カットわかめ	青菜ご飯
22 金	牛乳	ごはん 鯖の幽庵焼き キャベツのゆかり和え 豚汁	マカロニナポリタン 乳児:お茶 幼児:牛乳	584.5(463.3) 28.0(22.3)	米、○マカロニ、さといも、○油、○砂糖	さば、豚肩ロース肉、○鶏ひき肉、米みそ	キャベツ、だいこん、にんじん、○たまねぎ、ごぼう、ねぎ、○ピーマン、ゆず果汁	バナナ
25 月	牛乳	肉味噌丼 かぼちゃサラダ えのきのすまし汁 乳児:バナナ	ココア蒸しパン 乳児:お茶 幼児:牛乳	646.8(556.6) 24.1(19.2)	米、○小麦粉、○砂糖、マヨネーズ、砂糖、片栗粉	豚ひき肉、○豆乳、米みそ、○バター	かぼちゃ、きゅうり、にんじん、たまねぎ、えのきたけ、ほうれんそう、バナナ	おかかご飯
26 火	牛乳	ハイジパン タンドリーチキン もやしと人参のナムル かぶのスープ 幼児:バナナ	和風ツナご飯 お茶	420.6(406.1) 22.2(22.9)	○米、ハイジパン、ごま油、○砂糖	鶏もも肉、ヨーグルト(無糖)、○ツナ	もやし、バナナ、かぶ、にんじん、たまねぎ、かぶ・葉、○にんじん	粉吹き芋
27 水	牛乳	ごはん 鮭のもみじ焼き きんぴらごぼう なすの味噌汁	マドレーヌ 乳児:お茶 幼児:牛乳	646.0(518.8) 25.8(20.3)	米、○小麦粉、○砂糖、マヨネーズ、ごま、砂糖、ごま油、○粉糖	さけ、○卵、○バター、米みそ、粉チーズ	ごぼう、にんじん、なす、たまねぎ	塩昆布ご飯
28 木	牛乳	ごはん 鶏肉のマーマレード焼き 大根、人参、ちくわの含め煮 ほうれん草の味噌汁	はちみつきな粉 トースト 牛乳	521.6(466.2) 25.1(23.0)	米、○食パン、○はちみつ、○マーガリン、砂糖、○砂糖	鶏もも肉、ちくわ、米みそ、○きな粉	だいこん、にんじん、たまねぎ、ほうれんそう、マーマレード	バナナ
29 金	牛乳	ごはん 鯖の塩焼き ひじきの炒り煮 白菜の味噌汁	コーンフレーク 牛乳	476.7(424.4) 23.9(21.7)	米、○コーンフレーク、○コーンフロスト、砂糖、油	かれい、油揚げ、米みそ	はくさい、にんじん、しめじ、万能ねぎ、ひじき	わかめご飯
30 土	牛乳	ツナチャーハン ポテトサラダ 小松菜のスープ	りんごジャムサンド 牛乳	533.8(477.2) 17.0(15.7)	米、じゃがいも、○食パン、マヨネーズ、ごま油	ツナ	たまねぎ、○りんごジャム、きゅうり、にんじん、こまつな、ねぎ	

・21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。