



2021年度11月 幼児食献立予定表



チキッズ夢咲保育園

日付	献立名	材料名	午前おやつ	エネルギー たんぱく質 脂質
			午後おやつ	
1 15 29 (月)	ご飯 たたきレンコン汁 さけのちゃんちゃん焼き じゃがいもの磯和え かき	牛乳/カルテツウエハース/米/ごま油、おろししょうが、れんこん、カットわかめ、かつお・昆布だし汁、食塩、しょうゆ/さけ、食塩、油、キャベツ、にんじん、たまねぎ、コーン、かつお・昆布だし汁、砂糖、しょうゆ、みそ、みりん/じゃがいも、あおのり、食塩/かき/牛乳/油、絹ごし豆腐、ホットケーキ粉、きな粉、砂糖	牛乳	483 kcal
			ウエハース	21.6 g
			牛乳	14.0 g
2 16 30 (火)	ご飯 さつまいものおみそ汁 鶏肉のさっぱり焼き はくさいのおかか和え りんご	牛乳/クラッカー/米/かつおだし汁、さつまいも、もやし、みそ/鶏もも肉、おろししょうが、ごま、ごま油、砂糖、しょうゆ、酢/はくさい、チンゲンサイ、にんじん、コーン、砂糖、しょうゆ、かつお節/りんご/牛乳/油揚げ、砂糖、しょうゆ、はくさい、にんじん、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩、みりん、干しうどん	牛乳	480 kcal
			クラッカー	21.2 g
			牛乳	12.3 g
3 17 (水)	ご飯 じゃがいものおみそ汁 厚揚げのカレー煮 キャベツのゆかりマヨ和え グレープフルーツ	牛乳/ビスケット/米/かつおだし汁、じゃがいも、わかめ、みそ/油、たまねぎ、にんじん、生揚げ、ツナ水煮缶、カレー粉、コーン、水、鶏がらスープの素、しょうゆ、いんげん/キャベツ、ふりかけ ゆかり、ノンエッグマヨネーズ/グレープフルーツ/牛乳/米、こんぶ(だし用)、油、ベーコン、たまねぎ、にんじん、食塩、しょうゆ、パセリ粉、無塩バター	牛乳	479 kcal
			ビスケット	17.3 g
			牛乳	14.3 g
4 18 (木)	ご飯 かぼちゃのおみそ汁 ごぼう入りハンバーグ 塩きんぴら オレンジ	牛乳/クラッカー/米/かつおだし汁、かぼちゃ、たまねぎ、みそ/豚ひき肉、木綿豆腐、たまねぎ、ごぼう、片栗粉、食塩、水、ケチャップ、中濃ソース、砂糖、みりん/油、しらす干し、切り干しだいこん、にんじん、こまつな、食塩、水、ごま油、ごま/オレンジ/牛乳/さつまいも、砂糖、食塩、水、かんてん(粉)	牛乳	475 kcal
			クラッカー	17.8 g
			牛乳	14.5 g
5 19 (金)	ご飯 さといものすまし汁 かれないのみぞれ煮 ごまみそフロッコリー かき	牛乳/カルテツウエハース/米/かつお・昆布だし汁、さといも、ほうれんそう、油揚げ、食塩、しょうゆ/油、かれない、片栗粉、だいこん、しょうゆ、砂糖/フロッコリー、にんじん、もやし、水、砂糖、みそ、みりん、ごま/かき/牛乳/無塩バター、砂糖、卵、にんじん、小麦粉、ベーキングパウダー	牛乳	491 kcal
			ウエハース	20.8 g
			牛乳	16.2 g
6 20 (土)	焼もちご飯 かぶのスープ チキンチャップ キャベツサラダ バナナ	牛乳/お子様せんべい/米、油、コーン、しょうゆ/かぶ、かぶ・葉、まいだけ、水、鶏がらスープの素、しょうゆ/鶏もも肉、たまねぎ、片栗粉、砂糖、ケチャップ、中濃ソース、鶏がらスープの素/キャベツ、きゅうり、にんじん、油、砂糖、しょうゆ、食塩、酢/バナナ/牛乳/小麦粉、ベーキングパウダー、牛乳、みそ、砂糖	牛乳	466 kcal
			おせんべい	19.6 g
			牛乳	12.0 g
8 22 (月)	ご飯 はくさいのおみそ汁 さわらの塩焼き 卵の花 かき	牛乳/カルテツウエハース/米/かつおだし汁、はくさい、チンゲンサイ、しめじ、みそ/さわら、食塩/かつおだし汁、さつまいも、ごぼう、にんじん、砂糖、しょうゆ、みりん、油、おから、いんげん/かき/牛乳/さといも、米粉、砂糖、水、砂糖、しょうゆ、片栗粉、水	牛乳	470 kcal
			ウエハース	19.7 g
			牛乳	13.3 g
9 23 (火)	ご飯 だいこんのおみそ汁 豚肉の照焼き ほうれんそうの納豆和え りんご	牛乳/クラッカー/米/かつおだし汁、だいこん、たまねぎ、カットわかめ、みそ/豚肉(肩ロース)、片栗粉、油、水、しょうゆ、砂糖、みりん、片栗粉、水/挽きわり納豆、ほうれんそう、にんじん、もやし、コーン、しょうゆ、みりん、ごま油/りんご/麦茶(浸出液)/牛乳、砂糖、かんてん(粉)、みかん缶/ソフトせんべい塩味	牛乳	460 kcal
			クラッカー	17.4 g
			お茶	16.7 g
10 24 (水)	のり巻おにぎりのっぺい汁 鮭の塩焼き さつま芋と蓮根の炒め バナナ	牛乳/ビスケット/米、のり/かつおだし汁、里芋、ごぼう、にんじん、しいたけ、鶏肉、醤油、塩、片栗粉/さけ、塩/さつま芋、蓮根、しょうゆ、砂糖、酢、片栗粉、油/バナナ/牛乳/薄力粉、強力粉、卵、砂糖、水あめ、みりん、重曹	牛乳	490 kcal
			ビスケット	22.0 g
			牛乳	10.6 g
11 25 (木)	ご飯 キャベツのおみそ汁 高野豆腐のオランダ煮 れんこんのツナサラダ オレンジ	牛乳/お子様せんべい/米/かつおだし汁、キャベツ、もやし、えのきたけ、みそ/凍り豆腐、片栗粉、油、かつおだし汁、砂糖、しょうゆ、みりん/ツナ水煮缶、れんこん、きゅうり、にんじん、コーン、ノンエッグマヨネーズ、しょうゆ、砂糖、酢/オレンジ/牛乳/食パン、ピザ用チーズ、グラニュー糖	牛乳	468 kcal
			おせんべい	19.2 g
			牛乳	14.7 g
12 26 (金)	パンブキンカレー 豆腐のおみそ汁 かぶの甘酢和 かき	牛乳/カルテツウエハース/米、油、たまねぎ、鶏もも肉、かぼちゃ、フロッコリー、りんご、水、鶏がらスープの素、ホールトマト缶詰、カレー粉、食塩、中濃ソース、米粉、水/かつおだし汁、木綿豆腐、こまつな、みそ/かぶ、にんじん、かぶ・葉、砂糖、食塩、酢/かき/牛乳/小麦粉、ベーキングパウダー、砂糖、ヨーグルト(無糖)、いちごジャム、無塩バター	牛乳	483 kcal
			ウエハース	16.9 g
			牛乳	14.3 g
13 27 (土)	ご飯 ねぎのおみそ汁 さばの煮つけ しゃきしゃき炒め グレープフルーツ	牛乳/クラッカー/米/かつおだし汁、はくさい、ねぎ、カットわかめ、みそ/水、おろししょうが、砂糖、しょうゆ、さば/油、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、ピーマン、砂糖、食塩、酢/グレープフルーツ/牛乳/りんご、干しぶどう、砂糖/カルテツウエハース	牛乳	484 kcal
			クラッカー	19.3 g
			牛乳	17.1 g

◎食材仕入れの都合により献立が変更になる場合があります。ご了承下さい。

◎幼児クラスでは、喫食確認を行っていません。

献立の中で食べたことのない食材がありましたら、ご家庭で事前にお試し下さい。



11月平均栄養量	
478 kcal	
19.6 g	
14.1 g	