



2021年11月 予定献立表



福音幼稚園

1(月)	2(火)	3(水)	4(木)	5(金)		
ごはん みそしる 魚河岸揚げ、大根、みずな だし、みそ 鶏肉のみそマヨネーズ焼き 鶏もも、みそ、マヨネーズ 油 ポークビーンズ ウインナー、水煮大豆、枝豆、たまねぎ しょうゆ、ケチャップ みかん缶 エネルギー 438 kcal たんぱく質 17 g 脂質 19.2 g 炭水化物 52.5 g 食塩相当量 2.1 g	秋の遠足 にこにこ弁当 	祝日	ドライカレー ごはん、鶏ひき肉 たまねぎ、にんじん、コーン、ピーマン カレールウ、油 みそしる 木綿豆腐、わかめ、にんじん だし、みそ りんごサラダ りんご、レタス、きゅうり 塩、レモン汁、フルクトレッシング ひと口ゼリー エネルギー 425 kcal たんぱく質 15.6 g 脂質 14.1 g 炭水化物 62.6 g 食塩相当量 1.9 g	ロールパン 白菜の豆乳スープ 白菜、れんこん、ウインナー チンゲン菜、はるさめ 豆乳、鶏ガラ、塩 マカロニサラダ マカロニ、にんじん、コーン、ツナ缶 ツナ缶、きゅうり マヨネーズ、フレンチドレッシング、塩 柿 エネルギー 401 kcal たんぱく質 13.1 g 脂質 15.9 g 炭水化物 54.7 g 食塩相当量 1.9 g		
8(月) 遠足予備日			9(火)	10(水)	11(木)	12(金)
ごはん ウインナーとブロッコリーのソテー ウインナー、ブロッコリー しょうゆ、バター キャベツとツナのサラダ キャベツ、にんじん、ツナ、コーン フレンチドレッシング、マヨネーズ ゼリー ※ 秋の遠足が延期となった場合は おにぎりのみの提供となります。			三色丼 ごはん、鶏ひき肉 にんじん、しめじ、いんげん だし、砂糖、しょうゆ、みそ、油 コンソメスープ ウインナー、たまねぎ えだまめ、コーン、にんじん コンソメ、鶏ガラ ちくわときゅうりの甘酢和え ちくわ、きゅうり、わかめ 砂糖、しょうゆ、酢 ポテト	ごはん サバの竜田揚げ さば、塩、しょうが しょうゆ、みりん、片栗粉 油 白菜とにんじんの塩こぼ和え はくさい、にんじん 塩昆布、ごま油 ゼリー	ごはん みそしる じゃがいも、たまねぎ、豆苗 だし、みそ 鶏肉と切干大根煮 鶏もも、切干大根、大根 にんじん、まいたけ、しめじ だし、砂糖、しょうゆ みりん、塩、油 小松菜と油揚げの煮びたし こまつな、油揚げ 白だし、砂糖、しょうゆ	ごはん みそしる 木綿豆腐、わかめ、長ねぎ だし、みそ 白菜と豚バラの蒸し煮 はくさい、しめじ、エリンギ しいたけ、豚ばら、はるさめ 白だし、だし、しょうゆ、塩 キャベツとブロッコリーのナムル キャベツ、ブロッコリー、ごま 塩、ごま油、鶏ガラ、しょうゆ ぶどう
エネルギー 383 kcal たんぱく質 10.8 g 脂質 11.5 g 炭水化物 63.3 g 食塩相当量 0.7 g			エネルギー 463 kcal たんぱく質 19.3 g 脂質 14.1 g 炭水化物 67.3 g 食塩相当量 1.7 g	エネルギー 383 kcal たんぱく質 11.8 g 脂質 16.1 g 炭水化物 50.1 g 食塩相当量 0.7 g	エネルギー 376 kcal たんぱく質 14.6 g 脂質 10.4 g 炭水化物 58.4 g 食塩相当量 1.4 g	エネルギー 421 kcal たんぱく質 12.9 g 脂質 18.3 g 炭水化物 55.2 g 食塩相当量 2.2 g
15(月)			16(火)	17(水)	18(木)	19(金)
ごはん みそしる じゃがいも、にんじん、チンゲン菜 だし、みそ ミートボール 豚ひき肉、塩、パン粉、牛乳 ケチャップ、しょうゆ、中濃ソース 青菜の炒め煮 こまつな、にんじん、油揚げ 白だし、しょうゆ、みりん、油 りんご	ごはん みそしる さつまいも、大根、油揚げ だし、みそ 鶏肉の五目煮 鶏もも、水煮大豆、にんじん こんにゃく、ひじき だし、砂糖、しょうゆ、みりん、油 春雨サラダ はるさめ、きゅうり、にんじん コーン、砂糖、酢、しょうゆ、塩	秋祭り	ごはん みそしる 木綿豆腐、わかめ、たまねぎ だし、みそ 肉じゃが 牛肩ロース、じゃがいも、しらたき たまねぎ、にんじん だし、砂糖、しょうゆ、油 ブロッコリーの白だし和え ブロッコリー 白だし	ほうとう風うどん うどん、豚ばら、かぼちゃ、大根 白菜、油揚げ、長ねぎ 塩、だし、みそ ささみとわかめのサラダ レタス、きゅうり、ささみ、わかめ 塩、レモン汁、ごま、ごま油 鶏ガラ、砂糖、しょうゆ 柿		
エネルギー 390 kcal たんぱく質 16 g 脂質 12.8 g 炭水化物 58 g 食塩相当量 1.2 g	エネルギー 398 kcal たんぱく質 13.4 g 脂質 7.8 g 炭水化物 80.7 g 食塩相当量 1.8 g	エネルギー 379 kcal たんぱく質 16.3 g 脂質 10.9 g 炭水化物 59.3 g 食塩相当量 1.3 g	エネルギー 378 kcal たんぱく質 14.1 g 脂質 14.5 g 炭水化物 52.2 g 食塩相当量 2.3 g			
22(月)	23(火)	24(水)	25(木)	26(金)		
ごはん みそしる 木綿豆腐、わかめ、長ねぎ だし、みそ 鶏肉のみそマヨネーズ焼き 鶏もも、みそ、マヨネーズ 油 ポークビーンズ ウインナー、水煮大豆、枝豆、たまねぎ しょうゆ、ケチャップ みかん缶	祝日	ごはん サバの竜田揚げ さば、塩、しょうが しょうゆ、みりん、片栗粉 油 白菜とにんじんの塩こぼ和え はくさい、にんじん 塩昆布、ごま油 ゼリー	ポークカレー ごはん、豚かたロース、鶏ひき肉 たまねぎ、にんじん、じゃがいも だし、カレールウ、油 りんごサラダ りんご、レタス、きゅうり 塩、レモン汁、フルクトレッシング ゼリー	ごはん みそしる 豚ばら、白菜、チンゲン菜 だし、みそ おでん ウインナー、大根、こんにゃく ちくわ、魚河岸揚げ、昆布 もやしときゅうりの塩こぼ和え もやし、きゅうり、塩昆布 レモン汁、しょうゆ キャロットさん		
エネルギー 420 kcal たんぱく質 17.2 g 脂質 17.7 g 炭水化物 51.4 g 食塩相当量 2.1 g		エネルギー 383 kcal たんぱく質 11.8 g 脂質 16.1 g 炭水化物 50.1 g 食塩相当量 0.7 g	エネルギー 453 kcal たんぱく質 13.1 g 脂質 13.6 g 炭水化物 76 g 食塩相当量 1.3 g	エネルギー 482 kcal たんぱく質 13.2 g 脂質 16 g 炭水化物 83.2 g 食塩相当量 2.5 g		
29(月)		30(火)	<div style="text-align: center;">  <p>幼稚園のお米も新米になりました！</p> <p>16日(火)は収穫感謝礼拝です。 幼稚園で収穫したさつまいもを 使用する予定なので、 楽しみにしててください。</p>  </div>			
ごはん みそしる かぼちゃ、ごぼう、みずな だし、みそ ミートボール 豚ひき肉、塩、パン粉、牛乳 ケチャップ、しょうゆ、中濃ソース 青菜の炒め煮 こまつな、にんじん、油揚げ 白だし、しょうゆ、みりん、油 りんご	ごはん みそしる はくさい、油揚げ、さといも だし、みそ 豚肉と大根のみそ炒め 豚かたロース、大根、いんげん まいたけ、しめじ、にんじん だし、砂糖、しょうゆ、みそ、油 青菜のしらす和え こまつな、しらす 白だし					
エネルギー 389 kcal たんぱく質 16 g 脂質 12.8 g 炭水化物 57.5 g 食塩相当量 1.2 g	エネルギー 357 kcal たんぱく質 14.9 g 脂質 9.8 g 炭水化物 54.9 g 食塩相当量 1.5 g					

*都合により献立を変更することがあります。