










★ 11月 ひよこ・かえで 献立表 ★

	1 金	2 土	4 月	5 火	6 水	7 木	8 金	9 土	11 月	12 火	13 水	14 木	15 金	
昼食	<ul style="list-style-type: none"> ■キーマカレー 米 鶏ひき肉 たまねぎ にんじん さやいんげん キャノーラ油 カレーパウダー ケチャップ ■コーンサラダ コーン たまねぎ きゅうり にんじん マヨネーズ 	<ul style="list-style-type: none"> ■麻婆丼 米 豚ひき肉 たまねぎ 青ねぎ しょうが みそ 濃口しょうゆ 鶏がらスープ ごま油 ■ほうれん草の和えもの ほうれん草 にんじん にんじん 濃口しょうゆ さとう ■中華スープ たまねぎ わかめ 鶏がらスープ 濃口しょうゆ 	<h2 style="font-size: 2em;">文化の日</h2> 	<ul style="list-style-type: none"> ■ごはん 米 ■チキンカツ とり にんじん たまねぎ しょうが かたくり粉 だし だいず キャノーラ油 ケチャップ ■きゅうりの酢の物 きゅうり きゅうり わかめ さとう 濃口しょうゆ ■殺物酢 みそ はくさい 青ねぎ みそ だし 昆布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> ■ごはん 米 ■ぶた肉と大根の炒め煮 ぶた肉 たまねぎ だいこん にんじん きぬぎ みそ 濃口しょうゆ さとう 濃口しょうゆ ■ほうれん草のごま和え ほうれん草 にんじん にんじん 濃口しょうゆ さとう ■殺物酢 みそ はくさい わかめ みそ だし 昆布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> ■わかめうどん うどん わかめ たまねぎ にんじん きぬぎ 削りぶし さとう 濃口しょうゆ ■金平うどん 金平 うどん 濃口しょうゆ さとう 濃口しょうゆ 	<ul style="list-style-type: none"> ■チキンカレー 米 とり にんじん たまねぎ しょうが キャノーラ油 カレーパウダー ケチャップ ■コーンサラダ コーン たまねぎ きゅうり にんじん マヨネーズ 	<ul style="list-style-type: none"> ■麻婆 米 豚ひき肉 たまねぎ にんじん さやいんげん キャノーラ油 カレーパウダー ケチャップ ■コーンサラダ コーン たまねぎ きゅうり にんじん マヨネーズ 	<ul style="list-style-type: none"> ■ごはん 米 ■豚肉の生姜炒め 豚肉 たまねぎ にんじん しょうが みそ 濃口しょうゆ さとう 濃口しょうゆ ■キャノーラ油 キャノーラ油 ■ひじき煮 ひじき にんじん だいこん みそ 濃口しょうゆ さとう 濃口しょうゆ ■みそしる みそ はくさい 青ねぎ みそ だし 昆布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> ■ごはん 米 ■チキンチャップ とり にんじん たまねぎ しょうが マッシュルーム ケチャップ さしお ■キャノーラ油 キャノーラ油 ■ジャーマンポテト じゃがいも たまねぎ ウインナー キャノーラ油 しお ■スイートポテト じゃがいも たまねぎ しお 	<ul style="list-style-type: none"> ■五目うどん うどん とりにく たまねぎ はくさい にんじん 青ねぎ 削りぶし さとう 濃口しょうゆ みりん ■インゲンのごま和え インゲン にんじん 濃口しょうゆ さとう ■豚汁 ぶた肉 だいこん にんじん ごま油 みそ だし 昆布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> ■赤飯 米 もち米 小豆 黒ごま ■鯖の塩焼き 鯖 ■プロッコリーのわかめ和え プロッコリー わかめ にんじん かつおぶし 濃口しょうゆ ■豚汁 ぶた肉 だいこん にんじん ごま油 みそ だし 昆布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> ■ポークカレー 米 ぶた肉 たまねぎ にんじん キャノーラ油 カレーパウダー ケチャップ ■スパゲティ スパゲティ にんじん マヨネーズ しお 	
10時	<ul style="list-style-type: none"> ■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶 		<ul style="list-style-type: none"> ■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶 	
3時	<ul style="list-style-type: none"> ■フルーツ (もも缶) もも缶 ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■源氏パイ 源氏パイ ■牛乳 牛乳 		<ul style="list-style-type: none"> ■フルーツ (みかん缶) みかん缶 ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■抹茶クッキー こめ粉 抹茶 ベーキングパウダー マーガリン キャノーラ油 ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■きのこおにぎり 米 にんじん しめじ えのき エリ あぶらあげ 濃口しょうゆ みりん 風布 削りぶし ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■フルーツ (カクテル缶) ミックスフルーツ缶 ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■ブルーベリージャムサンド クラッカー ブルーベリージャム ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■きなこクッキー こめ粉 きな粉 ベーキングパウダー マーガリン キャノーラ油 ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■いなりにおにぎり 米 あぶらあげ さとう 濃口しょうゆ ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■ボンマシュマロ ほん菓子 マシュマロ マーガリン ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■フルーツ (もも缶) もも缶 ■牛乳 牛乳 	
昼食	<ul style="list-style-type: none"> ■鶏のすき焼き風丼 米 とりにく たまねぎ 糸こんにゃく にんじん 青ねぎ キャノーラ油 さとう 濃口しょうゆ ■オクラの和え物 オクラ にんじん 濃口しょうゆ さとう ■みそしる みそ はくさい 青ねぎ みそ だし 昆布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> ■ごはん 米 ■鯖の塩焼き 鯖 ■秋鮭 お鮭 ■高野豆腐の煮物 高野豆腐 しょうが みそ 濃口しょうゆ さとう ■キャノーラ油 キャノーラ油 ■オクラの胡麻和え オクラ にんじん 白ごま 濃口しょうゆ さとう ■みそしる みそ はくさい 青ねぎ みそ だし 昆布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> ■ごはん 米 ■鶏肉のボン酢炒め 鶏肉 たまねぎ みそ 濃口しょうゆ さとう ■キャノーラ油 キャノーラ油 だいこん にんじん 殺物酢 さとう 濃口しょうゆ ■すまじつ すまじつ にんじん ふりりん 風布 濃口しょうゆ しお だし 昆布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> ■ごはん 米 ■鶏のねぎみそ焼き とりにく 青ねぎ みそ 濃口しょうゆ さとう ■キャノーラ油 キャノーラ油 だいこん にんじん 殺物酢 さとう 濃口しょうゆ ■すまじつ すまじつ にんじん ふりりん 風布 濃口しょうゆ しお だし 昆布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> ■ミートスパゲティ スパゲティ キャノーラ油 鶏ひき肉 たまねぎ にんじん トマト缶 ケチャップ さとう ■キャノーラ油 キャノーラ油 しお ■パセリ缶 パセリ缶 ■ミニポトフ ミニポトフ プロッコリー にんじん ウインナー しお 	<ul style="list-style-type: none"> ■ドライカレー 米 ひき肉 たまねぎ にんじん 赤ピーマン 黄ピーマン トマト缶 ケチャップ キャノーラ油 しお ■カレー粉 カレー粉 ■スパゲティ スパゲティ ■スライスチーズ スライスチーズ ■マヨネーズ マヨネーズ ■スライスパン スライスパン ■コーン コーン 	<h2 style="font-size: 2em;">勤労感謝の日</h2> 	<ul style="list-style-type: none"> ■ごはん 米 ■豚肉の味噌炒め 豚肉 たまねぎ にんじん みそ 濃口しょうゆ さとう ■キャノーラ油 キャノーラ油 ■がんと煮 がんと にんじん きぬぎ 濃口しょうゆ さとう ■すまし汁 すまし汁 きぬぎ みそ だし 昆布 削りぶし ■すきやべつ すきやべつ わかめ みりん 風布 濃口しょうゆ しお だし 昆布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> ■ごはん 米 ■鶏の塩こうじ焼き とりにく 塩こうじ ■インゲンのツナ和え インゲン さやいんげん たまねぎ にんじん ツナ水 濃口しょうゆ ■みじん みじん えのき みそ だし 昆布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> ■ごはん 米 ■白身魚の唐揚げ 白身魚 たたら さとう 濃口しょうゆ しょうが かたくり粉 ■キャノーラ油 キャノーラ油 ■春雨サラダ 春雨 はくさい きつね にんじん ごま油 殺物酢 さとう 濃口しょうゆ ■みそしる みそ はくさい 青ねぎ みそ だし 昆布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> ■チキンカレー 米 とりにく メークイン たまねぎ にんじん キャノーラ油 カレーパウダー ケチャップ ■大根サラダ だいこん にんじん 殺物酢 さとう 濃口しょうゆ ■プロッコリーの中華和え プロッコリー 中華和え にんじん ごま油 殺物酢 さとう 濃口しょうゆ ■中華スープ たまねぎ わかめ 鶏がらスープ 濃口しょうゆ 			
10時	<ul style="list-style-type: none"> ■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶
3時	<ul style="list-style-type: none"> ■源氏パイ 源氏パイ ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■ポップコーン (ココア) ポップコーン ココア ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■キャラットクッキー こめ粉 にんじん ベーキングパウダー マーガリン キャノーラ油 ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■クラッカー クラッカー いちごジャム ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■ポップコーン ポップコーン ココア ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■フルーツ (みかん缶) みかん缶 ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■お麩のラスク お麩 マーガリン ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■ココアクッキー こめ粉 ココア ベーキングパウダー マーガリン キャノーラ油 ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■フルーツ (みかん缶) みかん缶 ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■ゆかりおにぎり 米 ゆかり ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■フルーツ (もも缶) もも缶 ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶 		