



# 11月 ぽっぽ保育園給食献立表



		お昼ごはん	夕ごはん
1	月	鶏のから揚げ、マーボー豆腐、きゅうりともやしのみじん切、味噌汁、ご飯	和風おろしハンバーグ、五目ひじき煮、だし巻き玉子、味噌汁、ご飯
2	火	豚肉とピーマンのたれ焼き、ちくわのキュウリ詰め、里芋のおかか煮、味噌汁、ご飯	筑前煮、塩サバ、こまつなのゴマ和え、きのこご飯、味噌汁
3	水	中華丼、餃子、ニラ玉、ワカメの中華スープ	ささ身のフライ、アスパラとコーンのバターソテー、ゆで卵サラダ、きのこスープ、ご飯
4	木	コーンクリームコロッケ、オムライス、シーフードサラダ、コンソメスープ	三色そばろ丼、豆腐ステーキ、白菜のおかか和え、きのこスープ
5	金	豚肉とキャベツの味噌炒め、オクラ納豆、れんこんとこんにゃくのきんぴら、味噌汁、ご飯	牛肉と焼き豆腐の煮物、かに玉あんかけ、水菜とアゲのサラダ、味噌汁、ご飯
6	土	海老天のオーロラソース、かぼちゃの鶏そぼろ煮、かにかま入り中華サラダ、味噌汁、ご飯	豚しょうが焼き、大根と厚揚げの煮物、春雨サラダ、味噌汁、ご飯
7	日	モダン焼き、水菜とかまぼこのマヨしょうゆサラダ、玉子スープ、わかめご飯	ポークカツレツ、キャベツとピーマンのソース炒め、ミニグラタン、コンソメスープ、ご飯
8	月	肉じゃが、ししゃも、小松菜としめじのお浸し、味噌汁、ご飯	味付け鶏の天ぷら、きのこの玉子炒め、サニーレタスの和風サラダ、味噌汁、ご飯
9	火	キーマカレー、ジャーマンポテト、トマトとレタスのイタリアンサラダ、野菜スープ	若鶏のガーリックソテー、ナスのミートソース煮、ごぼうサラダ、コンソメスープ、ご飯
10	水	デミグラハンバーグ、フレンチオムレツ、ポテトサラダ、味噌汁、ご飯	おでん、ほうれん草の胡麻和え、味噌汁、山菜炊き込みご飯
11	木	焼きそばパン、フライドポテト、りんご入りヨーグルト、コンソメスープ	ポークピカタ、野菜炒め、たらこパゲッティ、玉子スープ、ご飯
12	金	八宝菜、揚げ春巻き、かに玉、味噌汁、ご飯	すき焼き、はんぺんフライ、きゅうりの浅漬、味噌汁、ご飯
13	土	チキンカツレツ、荒挽きウインナーと大豆のトマト煮、コールスローサラダ、味噌汁、ご飯	ミートボール、白菜とベーコンのクリーム煮、ブロッコリーサラダ、コンソメスープ、ご飯
14	日	若鶏のバター醤油焼き、五目炒り玉子、水菜とあげの煮物、味噌汁、ご飯	サーモンのムニエル、ほうれん草とポテトのバターソテー、ミニグラタン、味噌汁、ご飯
15	月	きつねうどん、五目炊き込みご飯、きゅうりとキャベツのゆかり和え、みかん	メンチカツレツ、大根と揚げの煮物、玉ねぎとサニーレタスのゴマドレサラダ、味噌汁、ご飯
16	火	かぼちゃのコロッケ、カレー焼きビーフン、豆腐サラダ、味噌汁、ご飯	ちらし寿し、ちくわの天ぷら、野菜たっぷりにゅうめん
17	水	白身魚のフライ、高野豆腐ときぬさやの玉子とじ、白菜の塩こぶ和え、味噌汁、ご飯	牛肉とアスパラのオイスターソース炒め、エビグラタン、コールスローサラダ、味噌汁、ご飯
18	木	中華肉団子、かぼちゃの煮物、きゅうりのなめ茸和え、味噌汁、ご飯	海鮮チャーハン、揚げギョーザ、かにかまとキュウリのサラダ、味噌汁
19	金	牛肉とこんにゃくの味噌煮込み、ニラ玉炒め、ちくわの磯辺揚げ、味噌汁、ご飯	味付け豚の唐揚げ、厚揚げのめんつゆバターステーキ、シーザーサラダ、味噌汁、ご飯
20	土	鮭の塩焼き、揚げナスの煮浸し、中華春雨、味噌汁、ご飯	チキンクリームシチュー、ウインナーのケチャップ炒め、茹で玉子とブロッコリーのマヨソース、ご飯
21	日	海老フライタルタルソース、ブロッコリーのホットサラダ、イタリアンスパゲッティ、味噌汁、ご飯	デミカツ丼、いんげんとタケノコのゴマ和え、茶わん蒸し、味噌汁
22	月	チンジャオロース、ほうれん草のキッシュ、大豆のこぶ煮、味噌汁、ご飯	照り焼きチキン、厚揚げと切干し大根の煮物、ネギ入り玉子焼き、味噌汁、ご飯
23	火	ミートソーススパゲッティ、グリーンサラダ、チキンナゲット、バターロール、牛乳	牛肉コロッケ、マーボー春雨、大根サラダ、味噌汁、ご飯
24	水	肉豆腐、蒸しシュウマイ、納豆オムレツ、味噌汁、ご飯	トンテキ、パンネのミートソース、キャベツと人参のコールスロー、味噌汁、ご飯
25	木	かき揚げ丼、切干大根、小松菜のちりめん和え、味噌汁	シーフードピラフ、フランクフルトソテー、温野菜サラダ、オニオンスープ
26	金	酢豚、ほうれん草の卵とじ、こぶきさつま芋、味噌汁、ご飯	アジフライ、厚揚げの照り焼き、トマトのサラダ、味噌汁、ご飯
27	土	五目チャーハン、ミニラーメン、厚揚げといんげんの甘辛いため、みかん	ブリの照り焼き、五目炒り豆腐、きゅうりの酢の物、かき玉汁、ご飯
28	日	チキンカレー、フランクフルト、イタリアンサラダ、福神漬、野菜スープ	エビカツ、きのこのオムレツ、ベーコンとじゃが芋のかりかり炒め、コンソメスープ、ご飯
29	月	ちゃんぽん焼き、目玉焼き、コーンときゅうりのサラダ、味噌汁、ふりかけご飯	豚肉ともやしのボン酢炒め、かぼちゃと玉ねぎのかき揚げ、鶏五目ご飯、味噌汁
30	火	親子丼、れんこんのきんぴら、もやしときゅうりのゴマ酢和え、味噌汁、ご飯	ししゃもフライ、きのこの卵とじ、小松菜とささ身のこまマヨ和え、味噌汁、ご飯
31	水	ビーフシチュー、魚肉ウインナーのフリッター、ゆで卵とマカロニのサラダ、スティックパン	チキンのガーリックソテー、キャベツとベーコンのスープ煮、ミニグラタン、ご飯