



11月 ぽっぽ保育園給食献立表



		お昼ごはん	夕ごはん
1	水	鶏のから揚げ、マーボー豆腐、きゅうりともやしのナムル 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	木	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、小松菜のゴマ和え、 きのこご飯、味噌汁
3	金	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、オニオンスープ、ご飯
4	土	コーンクリームコロッケ、ハヤシライス、 シーフードサラダ、コンソメスープ、りんご	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	日	豚肉とキャベツの味噌炒め、さつま芋の甘煮 タラコとしめじのマヨバスタサラダ、味噌汁、ご飯	牛肉と焼き豆腐の煮物、かに玉あかけ、 海藻サラダ、味噌汁、ご飯
6	月	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	火	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	水	ししゃも、肉じゃが、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	木	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	金	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	土	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、たらこスパゲッティ、 玉子スープ、ご飯
12	日	八宝菜、揚げ春巻き、 中華炒り玉子、味噌汁、ご飯	すき焼き、はんぺんフライ、きゅうりの浅漬け、 味噌汁、ご飯
13	月	チキンカツレツ、荒挽きウィ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	火	若鶏のバター醤油焼き、五目炒り豆腐、 きゅうりとわかめの酢の物、味噌汁、ご飯	白身魚のムニエル、ほうれん草とポテトのバターソテー ミートグラタン、味噌汁、ご飯
15	水	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	木	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、鶏の天ぷら、 野菜たっぷりにゅうめん、
17	金	白身魚のフライ、高野豆腐ときぬさやの玉子とじ、 白菜のおかか和え、味噌汁、ご飯	牛肉とアスパラのオイスターソース炒め、 ガーリックポテト、コールスローサラダ、味噌汁、ご飯
18	土	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	日	牛肉とこんにゃくの味噌煮こみ、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、厚揚げのめんつゆパーステーキ、 シーザーサラダ、味噌汁、ご飯
20	月	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、ウィ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	火	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	水	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	木	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	金	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	土	海鮮かき揚げ丼、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	日	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	月	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	火	チキンカレー、フランクフルト、イタリアンサラダ、 福神漬け、野菜スープ	エビカツ、スパニッシュオムレツ、 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	水	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	木	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、 小松菜とささ身のごまマヨ和え、味噌汁、ご飯