



11月 ぽっぽ保育園給食献立表



		お昼ごはん	夕ごはん
1	土	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	日	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	鶏肉入り野菜炒め、たけのこの土佐煮、小松菜のゴマ和え、 味噌汁、ご飯
3	月	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	火	ハヤシライス、コーンクリームコロッケ シーフードサラダ、コンソメスープ、りんご	三色そばろ丼、玉子豆腐 白菜のおかか和え、野菜スープ
5	水	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、オクラ入り玉子焼き 海藻サラダ、味噌汁、ご飯
6	木	海老天のオーロラソース、かぼちゃの鶏そぼろ煮、 きゅうりとハムの中華サラダ、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	金	モダン焼き、きゅうり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	土	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
9	日	ししゃも、肉じゃが、小松菜のお浸し 味噌汁、ご飯	豚丼、きのこの玉子とじ サニーレタスの和風サラダ、味噌汁
10	月	デミグラハンバーグ、プレーンオムレツ、 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	火	焼きそばパン、チキンナゲット、 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、 オニオンスープ、ご飯
12	水	揚げ春巻き、ちくわとキャベツのゆかり和え 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	木	チキンカツ、ウインナーと大豆のトマト煮、 マカロニサラダ、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、味噌汁、ご飯
14	金	若鶏の醤油焼き、しらたきと人参の甘辛炒め オクラ納豆、味噌汁、ご飯	塩サバ、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	土	きつねうどん、五目炊き込みご飯、 きゅうりと白菜の胡麻和え、みかん	メンチカツ、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	日	トンテキ、カレー焼きビーフン、 豆腐サラダ、味噌汁、ご飯	鶏の天ぷら、きゅうりとわかめの酢の物 大豆と昆布の煮物、味噌汁、ご飯
17	月	白身魚のフライ、高野豆腐ときぬさやの卵とじ、 白菜の塩こんぶ和え、味噌汁、ご飯	牛肉とアスパラのオイスターソース炒め、 ガーリックポテト、コールスローサラダ、味噌汁、ご飯
18	火	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	水	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	木	ミートソーススパゲッティ、グリーンサラダ、 皮付きポテト、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
21	金	海老フライタルタルソース、ポークビーンズ ブロッコリーのホットサラダ、味噌汁、ご飯	デミカツ丼、いんげんとタケノコのごま和え、 茶わん蒸し、味噌汁
22	土	チキンクリームシチュー、ウインナーのケッチャップ炒め、 ミモザサラダ、ご飯	照り焼きチキン、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	日	鮭の塩焼き、揚げナスの煮浸し、 中華春雨、味噌汁、ご飯	ハムカツ、じゃがいもの煮っ転がし、 ほうれん草のお浸し、味噌汁、ご飯
24	月	肉豆腐、蒸しシュウマイ、納豆オムレツ、 味噌汁、ご飯	ポークチャップ、ペンネのクリームソース、 キャベツと人参のサラダ、味噌汁、ご飯
25	火	海鮮かき揚げ丼、山芋のおかか煮、 小松菜のちりめん和え、味噌汁	シーフードピラフ、チキンソテーのカレー風味、 温野菜サラダ、オニオンスープ
26	水	酢豚、レタスとひじきのサラダ こぶきさつま芋、味噌汁、ご飯	アジフライ、豚バラ肉と白菜の炒り煮、トマトのサラダ 味噌汁、ご飯
27	木	チャーハン、ミニラーメン、 厚揚げといんげんの甘辛いいため、みかん	チンジャオロース、五目炒り卵、きゅうりの酢の物、 味噌汁、ご飯
28	金	チキンカレー、ミニアメリカンドッグ、イタリアンサラダ、 福神漬け、野菜スープ	エビカツ、ハンパンジー 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	土	ちゃんぽん焼き、スクランブルエッグ、 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	日	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	ししゃもフライ、大根の煮物、 小松菜とささ身の和え物、味噌汁、ご飯