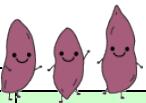


第一保育所 11月の献立



日	曜日	午前おやつ			午後おやつ			主な食材	kcal	塩分	
		離乳	乳児	屋食献立	離乳	乳児					
1	土	おかし	おかし	きつねうどん、さつま芋煮、フルーツ	おかし	おかし	うどん、油揚げ、ほうれん草、なると、葱//さつま芋//黄桃缶	牛乳	468	1.6	
4	火	ひじきせんべい	カニチップ	菜飯、煮魚、ひじき入りポテトサラダ、味噌汁	ハイハイン	ぼたぼた焼き	米、菜飯の素//赤魚//じゃが芋、ひじき、人参、コーン、マヨネース//麩、えのき、白菜	牛乳	483	1.7	
5	水	おこめせんべい	カルシウムせんべい	ハヤシライス、プロッコリーのコンソメ和え、フルーツヨーグルト	バナナ	豆乳きな粉餅	米、牛肉、じゃが芋、玉葱、人参、グリンピース、ハヤシルウ//プロッコリー、コーン//みかん缶、パイン缶、黄桃缶、バナナ、ヨーグルト//豆乳、きな粉	牛乳	503	1.4	
6	木	魚せんべい	動物ビスケット	焼きそば、青のりポテト、スープ	野菜スナック	ハッピーターン	中華麺、豚肉、キャベツ、人参、ピーマン//じゃが芋、青のり//玉葱、人参、コーン	牛乳	483	1.8	
7	金	ハイハイン 野菜	ベジたべる	ごはん、絹厚揚げの中華煮、春雨サラダ、卵スープ	魚スナック	りんご寒天	米//厚揚げ、豚肉、玉葱、人参、青梗菜、しいたけ//春雨、胡瓜、人参、ハム、マヨネース//卵、ほうれん草、玉葱//りんごジュース、寒天	牛乳	507	1.2	
8	土	おかし	おかし	スパゲティナポリタン、キャベツサラダ、コンソメスープ	おかし	おかし	スパゲティ、ウインナー、玉葱、ピーマン、しめじ、ケチャップ//キャベツ、人参、じゃが芋、ドレッシング//玉葱、人参、パセリ	牛乳	468	1.5	
10	月	ハイハイン	星たべよ	わかめごはん、鰯のもみじ焼き、ほうれん草ごま和え、吸物	おこめせんべい	バームクーヘン	米、わかめご飯の素//鰯、人参、マヨネース//ほうれん草、人参、ごま//麩、葱、わかめ	牛乳	530	1.5	
11	火	ひじきせんべい	かつばえびせん	ごはん、肉じゃが、りんご甘酢サラダ、味噌汁	魚スナック	ココナッツサフレ	米//牛肉、じゃが芋、玉葱、人参、糸こんにゃく、いんげん//キャベツ、人参、胡瓜、りんご//豆腐、わかめ、葱	牛乳	482	1.4	
12	水	おこめせんべい	白い風船	けんちんうどん、ちくわの磯辺揚げ、フルーツ	さつま芋煮	鬼まんじゅう	うどん、鶏肉、大根、人参、ごぼう、葱//竹輪、青のり、てんぷら粉//パイン缶、みかん缶//ホットケーキミックス、さつま芋	牛乳	481	2.1	
13	木	魚せんべい	おさつスナック	ごはん、ハンバーグ、ミモザサラダ、味噌汁	野菜スナック	ムーンライトクッキー	米//ハンバーグ、玉葱、しめじ、ケチャップ//ブロッコリー、カリフラワー、人参、卵、マヨネーズ//えのき、麩、小松菜	牛乳	511	1.8	
七 五 三	14	金	ハイハイン 野菜	ハーベスト	ちらし寿司、南瓜のいとこ煮、吸物	ベビーダノン	フルーチェ	米、ちらし寿司の素、鮭フレーク、胡瓜、卵、桜でんぶ//南瓜、小豆//なると、ほうれん草、わかめ//フルーチェ、牛乳	牛乳	513	2.5
	15	土	おかし	おかし	わかめうどん、かき揚げ、フルーツ	おかし	おかし	うどん、わかめ、鶏肉、葱//玉葱、人参、竹輪、ピーマン、てんぶら粉//黄桃缶	牛乳	446	1.6
17	月	ハイハイン	ぱりんこ	エビピラフ、マカロニサラダ、コンソメスープ	さつま芋と りんご煮	りんご・ おかし	米、えび、コーン、玉葱、人参、ピーマン//マカロニ、人参、ブロッコリー、ツナ、マヨネース//キャベツ、玉葱、人参//りんご	牛乳	472	2.0	
18	火	ひじきせんべい	カニチップ	野菜ラーメン、ミートボール、フルーツ	魚スナック	ぼたぼた焼き	ラーメン、豚肉、キャベツ、もやし、人参、コーン、葱//肉団子、ケチャップ//黄桃缶	牛乳	449	2.0	
19	水	おこめせんべい	カルシウムせんべい	ごはん、サバの味噌煮、三色和え、けんちん汁	ベビーダノン	麩ラスク	米//サバ//チンゲン菜、もやし、人参//豆腐、大根、人参、ごぼう、葱//麩、マーガリン(植物性)	牛乳	517	1.5	
20	木	魚せんべい	動物ビスケット	野菜たっぷりカレー、フライドポテト、フルーツヨーグルト	野菜スナック	ハッピーターン	米、鶏肉、南瓜、玉葱、人参、ピーマン、カレー粉//フライドポテト//みかん缶、パイン缶、黄桃缶、バナナ、ヨーグルト	牛乳	538	1.2	
21	金	ハイハイン 野菜	ベジたべる	豚丼、ひじきサラダ、味噌汁	じゃが芋煮	じゃが芋餅	米、豚肉、玉葱、人参、しいたけ、いんげん//ひじき、キャベツ、胡瓜、人参、コーン、かにかま、マヨネース//豆腐、白菜、葱//じゃが芋	牛乳	501	1.6	
22	土	おかし	おかし	ごはん、チキンチャップ、スパゲティサラダ、吸物	おかし	おかし	米//鶏肉、じゃが芋、玉葱、人参、しめじ、グリンピース、ケチャップ//スパゲティ、胡瓜、人参、コーン、マヨネース//えのき、麩、三つ葉	牛乳	487	1.5	
25	火	ひじきせんべい	かつばえびせん	ゆかりごはん、さわら西京焼き、南瓜サラダ、吸物	バナナ	柿・おかし	米、ゆかりごはんの素//さわら//南瓜、人参、コーン、マヨネース//麩、わかめ、葱//柿	牛乳	493	1.5	
26	水	おこめせんべい	白い風船	パン、ビーフシチュー、いんげんサラダ、フルーツ	ハイハイン	ココナッツサフレ	パン//牛肉、じゃが芋、玉葱、人参、グリーンピース、シチューの素//いんげん、もやし、かにかま、コーン、マヨネース//オレンジ	牛乳	541	2.0	
27	木	魚せんべい	おさつスナック	ごはん、ぶりかけ、鶏肉の唐揚げ、パンサンスー、味噌汁	南瓜煮	人参蒸しパン	米//ぶりかけ//鶏肉//春雨、胡瓜、人参、ハム//大根、油揚げ、葱//ホットケーキミックス、人参	牛乳	553	1.8	
28	金	ハイハイン 野菜	ハーベスト	肉みそ丼、ほうれん草の和え物、吸物	魚スナック	ムーンライトクッキー	米、鶏ミンチ、玉葱、人参、グリンピース//ほうれん草、もやし、人参//豆腐、えのき、みつば	牛乳	503	1.5	
29	土	おかし	おかし	カレーうどん、ブロッコリーサラダ、フルーツ	おかし	おかし	うどん、鶏肉、玉葱、人参、カレー粉//ブロッコリー、コーン、ツナ、マヨネース//みかん缶	牛乳	442	1.8	

・離乳については、個々に合わせた材料・調理方法に変更して提供いたします。

・材料の都合により献立を変更することがありますのでよろしくお願いします。

☆ホットケーキミックスは卵・乳なしのものを使用しています。

☆マヨネースは特定原材料7品目、カレーは28品目 未使用のもので提供しています。

