



# こんだてひょう (2023/11がつ)

品川学藝保育園

日にち	朝おやつ	昼食	おやつ	主な食材	日にち	朝おやつ	昼食	おやつ	主な食材
月 13 27	牛乳	ごはん 大豆とごぼうののし鶏 ひじきの洋風炒め煮 春雨となめこのスープ 麦茶	フルーツサンド プルーン 牛乳	食パン パン粉 乾燥 精白米 しらたき じゃがいもでん粉 はるさめ 上白糖 だいず水煮缶 トウモロコシ葉 生 ごぼう しょうが たまねぎ にんじん ねぎ 青 ピーマン みかん缶詰 プルーン乾 黄桃缶 詰 なめこ 干ひじき 水 削り節 ベー コン 鶏ひき肉 牛乳 生クリーム サラ ダ油 酒 麦茶 こいくちしょうゆ 食塩 白みそ	月 16 20	牛乳	ツナクリームスパゲティー ポパイサラダ キャベトマスープ 麦茶	納豆ぎょうざ みかん 牛乳	薄力粉 スパゲッティ乾 ぎょうざの皮 じゃがいもでん粉 上白糖 納豆 キャ ベツ たまねぎ トマト にんじん ねぎ ブロッコリー ほうれんそう もやし 温州 みかん えのきだけ 水 削り節 ツナ油 漬・フルクト 牛乳 プロセスチーズ サ ラダ油 バター 麦茶 こいくちしょうゆ 食塩 酢 白みそ スイートコーン缶詰ホールカーネルスタイル
火 14 28	牛乳	ロールパン チキングリエ 白菜のコールスローサラダ 野菜のカレースープ 麦茶	梅しらすおにぎり みかん 牛乳	薄力粉 ロールパン パン粉 乾燥 精白米 上白糖 炒りごま キャベツ きゅうり しそ たまねぎ にんじん はくさい 温州 みかん レモン果汁 水 しらす干し 削 り節 鶏もも肉 牛乳 サラダ油 麦茶 ウスターソース こいくちしょうゆ 食 塩 トマトケチャップ カレー粉 パセリ・乾 スイートコーン缶詰ホールカーネルスタイル	火 17 21	牛乳	高野豆腐の 炊き込みごはん かじきまぐろの ねぎ味噌焼き 千草和え いもっこ汁 麦茶	キャロット蒸しパン バナナ 牛乳	薄力粉・米粉・米粉用 精白米 しらたき さといも 上白糖 油揚げ 高野豆腐 炒 りごま ごぼう こまつな だいこん にん じん ねぎ はくさい パナナ 干しぶどう 干しいたけ しめじ こんぶ 水 かじき 削り節 卵 牛乳 サラダ油 酒 本みり ん 麦茶 こいくちしょうゆ 食塩 酢 白みそ
水 15 29	牛乳	ハヤシライス 豆腐サラダ 大根のスープ 麦茶	かぼちゃの ホットケーキ バナナ 牛乳(1・29日)  さつまいもの カップケーキ バナナ 牛乳(15日)	薄力粉 アーモンド粉・米粉用 精白米 上白 糖 メープルシロップ 木綿豆腐 炒りご ま かぼちゃ さつまいも キャベツ きゅ うり だいこん たまねぎ にんじん ほう れんそう パナナ マッシュルーム水煮 乾 燥わかめ 水 削り節 豚もも肉 ロースハ ム 卵 牛乳 カテージチーズ ごま油 サ ラダ油 バター 麦茶 ウスターソース こ いくちしょうゆ 食塩 酢 トマトビュ ーレー トマトケチャップ	水 18 22	牛乳	ごはん さつまいもコロケ 青梗菜のしらす和え 豆腐のみそ汁 麦茶	ヨーグルトの 寒天寄せ カットチーズ オレンジ 牛乳	薄力粉 パン粉 乾燥 精白米 さつまいも 上白糖 木綿豆腐 キャベツ 水菜 たま ねぎ チンゲンサイ にんじん もやし オ レンジ 黄桃缶詰 寒天 水 煮干し し らす干し かつお節 削り節 鶏ひき肉 牛乳 ヨーグルト・全脂無糖 プロセスチ ーズ サラダ油 麦茶 ウスターソー ス こいくちしょうゆ 食塩 トマトケ チャップ 白みそ スイートコーン缶詰ホールカーネルスタイル
木 2 16 30	牛乳	磯の香ごはん かれの野菜あんかけ 里芋の旨煮 茄子のみそ汁 麦茶	わかめうどん オレンジ 牛乳	干しうどん 精白米 さといも じゃがいも でん粉 上白糖 いんげんまめ 炒りご ま こまつな しょうが たまねぎ なす にら にんじん ねぎ 黄ピーマン オレ ンジ えのきだけ 干しいたけ あおのり こ んぶ 乾燥わかめ 水 煮干し 削り節 かれい 鶏もも肉 牛乳 サラダ油 酒 本 みりん 麦茶 こいくちしょうゆ 食塩 白みそ	木 9 23	牛乳	マーガリンサンド 鮭のカレームニエル ポテトサラダ 白菜のスープ 麦茶	ベーコンピラフ りんご 牛乳	薄力粉 食パン 精白米 じゃがいも きゅ うり たまねぎ にんじん ねぎ はくさい 青ピーマン りんご 水 削り節 さけ ベーコン 牛乳 サラダ油 バター マー ガリン 酒 麦茶 こいくちしょうゆ 食 塩 マヨネーズ カレー粉 パセリ・ 乾 スイートコーン缶詰ホールカーネルスタイル エリンギ生
金 17	牛乳	ごはん 豚肉の生姜焼き 小松菜のごま和え かぼちゃのみそ汁 麦茶	きな粉 セサミクッキー りんご 牛乳	薄力粉 精白米 上白糖 きな粉・黄 油揚げ 炒りごま かぼちゃ こまつな しょ うが たまねぎ にんじん ねぎ もやし りんご 水 煮干し 豚もも肉 卵 牛乳 サラダ油 マーガリン 酒 本みりん 麦 茶 こいくちしょうゆ 白みそ ベーキン グパウダー	金 10 24	牛乳	ごはん 豆腐のケチャップ煮 蒸し鶏ともやしの中華和え かぶのみそ汁 麦茶	マロンケーキ みかん 牛乳	薄力粉 精白米 じゃがいもでん粉 上白 糖 木綿豆腐 くり甘露煮 炒りごま か ぶ・葉 かぶ きゅうり しょうが たまね ぎ チンゲンサイ にんじん にんにく も やし 温州みかん 乾燥わかめ 水 煮干し 豚ひき肉 鶏むね肉 卵 牛乳 ごま油 サラダ油 バター 酒 麦茶 こいくちしょ うゆ 食塩 酢 トマトケチャップ 白みそ ベーキングパウダー
土 4 18	牛乳	たっぷり野菜と 鶏肉の塩焼きそば 味噌ドレサラダ 青梗菜のスープ 麦茶	やみつきトースト みかんヨーグルト 牛乳	食パン 蒸し中華めん じゃがいもでん粉 上白糖 キャベツ きゅうり こまつな たまねぎ チンゲンサイ にんじん ブロッ コリー もやし みかん缶詰 乾燥わかめ 水 削り節 鶏もも肉 牛乳 ヨーグルト・ 全脂無糖 プロセスチーズ ごま油 サラダ油 酒 麦茶 こいくちしょうゆ 食塩 酢 かき油 マヨネーズ 白みそ スイートコーン缶詰ホールカーネルスタイル	土 11 25	牛乳	カレーあんかけ皿うどん かぼちゃのいとこ煮 チキンスープ 麦茶	ツナマヨおにぎり パインヨーグルト 牛乳	干しうどん 精白米 じゃがいもでん粉 上白糖 あずきゆで小豆缶詰 かぼちゃ たまねぎ にら にんじん はくさい 青 ピーマン パインアップル缶詰 干しいたけ しめじ 水 かつお節 削り節 ツナ油 漬・フルクト 豚もも肉 鶏もも肉 牛乳 ヨーグルト・全脂無糖 サラダ油 酒 麦茶 こいくちしょうゆ 食塩 酢 かき油 マヨネーズ カレー粉

仕入れの都合により献立を一部変更する場合がありますので、あらかじめご了承ください。

●今月の平均栄養量(乳児食) エネルギー: 440cal/たんぱく質: 17.6g



## ◆ミニ給食だより◆

季節の移り変わりを感じるようになってきました。どんどん寒くなり、あっという間に冬がやってきます。また、だんだん感染症が増えてくる時季です。感染症の原因は、気温や湿度が低くなり抵抗力が弱まってしまつたため感染します。感染症予防のためにもバランスのよい食事を心がけ、温かいものを積極的に摂って、身体の中から予防しましょう!

## 『食べ物本来の姿を知る機会を!』

「魚は開きの姿で泳いでいる」、「大根やにんじんには葉っぱがない」といった思い込みをしている子どもが増えています。お店で目にする食べ物は既に加工されている場合が多いですが、子どもたちには様々な体験を通して、食べ物本来の姿を知って貰いたいと思います。これを知ることによって、私たちが動植物の「命」を頂いていることを理解し、嫌いなものでも一回は食べてみるなどの意識に繋げていければよいですね。

