

2022年度



# 11月献立



うめはなキッズYPC保育園  
武庫之荘駅前

	1 火	2 水	3 木	4 金	5 土	7 月	8 火	9 水	10 木	11 金	12 土	14 月	15 火
朝	牛乳 サクサク わかめチップス	牛乳 うみのおさんぽ		牛乳 きなこ フィンガービス	牛乳 サクサク わかめチップス	牛乳 チャーリーの だいぼうけん	牛乳 サクサク わかめチップス	牛乳 うみのおさんぽ	牛乳 やさいスナック	牛乳 きなこ フィンガービス	牛乳 サクサク わかめチップス	牛乳 チャーリーの だいぼうけん	牛乳 サクサク わかめチップス
	ご飯 たらの ごま味噌焼き キャベツの おかか和え しめじとニラの すまし汁	ご飯 ツナ大豆炒め 白菜の和風サラダ じゃが芋と コーンのスープ キャンディチーズ		ご飯 豚肉の生姜焼き 春雨とツナの サラダ きのこスープ キャンディチーズ	中華丼 わかめスープ	ご飯 白身魚の照り焼き 切り干し大根の サラダ みそ汁 オレンジ	ロールパン 鶏肉と野菜の シチュー ブロッコリーの しらす和え	カレーピラフ コンソメスープ バナナ	ご飯 鮭の ちゃんちゃん焼き かぼちゃの甘煮 すまし汁 バナナ	ご飯 肉じゃが 小松菜の しらす和え 豆腐と わかめの味噌汁	高野豆腐の井ぶり みそ汁	ご飯 サワラの 梅みそ焼き ひじきの炒り煮 白菜と水菜の すまし汁 オレンジ	豚肉の ケチャップパスタ レタスと 豆腐のスープ バナナ
昼食	うるち米 たら 白ごま しょうが きび糖 濃口しょうゆ みそ 本みりん キャベツ にんじん かつお節 濃口しょうゆ だし汁 しめじ にら だし汁 薄口しょうゆ 食塩	うるち米 ツナ缶 水煮だいず にんじん 油揚げ しらたき さやいんげん 濃口しょうゆ きび糖 しょうが 米油 だし汁 はくさい キャベツ きゅうり 削り節 米酢 きび糖 食塩 濃口しょうゆ じゃがいも コーン コンソメ 薄口しょうゆ 食塩 キャンディーズ	うるち米 豚肉 たまねぎ にんじん たまねぎ しょうが 濃口しょうゆ きび糖 本みりん 米油 はるさめ きゅうり ツナ缶 わかめ 米酢 きび糖 食塩 薄口しょうゆ えのき しいたけ しめじ 白ねぎ 顆粒鶏がらスープ 薄口しょうゆ 食塩 キャンディーズ	うるち米 豚肉 はくさい にんじん たまねぎ しょうが 濃口しょうゆ きび糖 本みりん 米油 顆粒 鶏がらスープ 食塩 濃口しょうゆ わかめ 白ごま 米酢 きび糖 濃口しょうゆ 食塩 ごま油 こまつな にんじん だし汁 みそ オレンジ	うるち米 カレー 食塩 濃口しょうゆ 本みりん きび糖 きゅうり ロースハム 切り干し大根 わかめ 白ごま 米酢 きび糖 濃口しょうゆ 食塩 ごま油 こまつな にんじん だし汁 みそ オレンジ	うるち米 鶏もも肉 たまねぎ じゃが いも にんじん コンソメ 水煮マッシュル ム パセリ(乾) 有塩バター 牛乳 シチュールウ コンソメ 食塩 ブロッコリー キャベツ しらす干し 濃口しょうゆ だし汁 バナナ	うるち米 豚ひき肉 ウインナー たまねぎ にんじん たまねぎ にんじん ピーマン コンソメ カレー粉 食塩 濃口しょうゆ 有塩バター ほうれんそう コーン えのき コンソメ 薄口しょうゆ 食塩 バナナ	うるち米 鮭 キャベツ たまねぎ にんじん いんげんまめ みそ きび糖 本みりん 米油 かぼちゃ グリーンピース 濃口しょうゆ きび糖 本みりん だし汁 絹豆腐 わかめ 青ねぎ だし汁 みそ バナナ	うるち米 牛肉 じゃがいも たまねぎ にんじん いんげんまめ だし汁 きび糖 本みりん 濃口しょうゆ 薄口しょうゆ こまつな しらす干し 濃口しょうゆ だし汁 木綿豆腐 わかめ 青ねぎ だし汁 みそ バナナ	うるち米 高野豆腐 ひき肉(鶏) にんじん しいたけ たまねぎ こまつな だし汁 きび糖 本みりん 濃口しょうゆ かたくり粉 さつまいも もやし だし汁 みそ	うるち米 さわら 梅干し 本みりん きび糖 みそ ひじき にんじん 油揚げ 水煮だいず 米油 だし汁 本みりん きび糖 濃口しょうゆ 薄口しょうゆ さやえんどう オレンジ	うるち米 スパゲッティ 豚肉 たまねぎ にんじん ピーマン なす 米油 薄力粉 ケチャップ ウスターソース きび糖 有塩バター レタス 絹豆腐 わかめ コンソメ 薄口しょうゆ 食塩 バナナ	
おやつ	牛乳 おふらスク	牛乳 ジャムサンド		牛乳 ぶどうゼリー	牛乳 メロンパン風 スコーン	牛乳 もちもち じゃがチーズ	牛乳 春巻きの皮 アップルパイ	牛乳 豆乳きなこプリン	牛乳 昆布おにぎり	牛乳 パンプキンパン ケーキ	牛乳 ミルクずもち	牛乳 スイートポテト	牛乳 チーズおかか おにぎり
	牛乳 麩 きび糖 有塩バター	牛乳 食パン りんご きび糖 レモン汁		牛乳 ぶどうジュース グラニュー糖 ゼラチン	牛乳 ホットケーキミッ クス 無塩バター きび糖 牛乳 グラニュー糖	牛乳 じゃがいも 牛乳 チーズ 食塩 かたくり粉	牛乳 春巻きの皮 りんご きび糖 レモン汁 米油	牛乳 無調整豆乳 きな粉 きび糖 粉ゼラチン	牛乳 うるち米 塩昆布 かつお節	牛乳 ホットケーキミッ クス 牛乳 米油 かぼちゃ	牛乳 牛乳 片栗粉 きな粉 きび糖	牛乳 さつまいも 牛乳 きび糖 無塩バター	牛乳 うるち米 チーズ かつお節 濃口しょうゆ

文化の日



※都合により献立を変更する場合があります。

	16	17	18	19	21	22	23	24	25	26	28	29	30
	水	木	金	土	月	火	水	木	金	土	月	火	水
朝	牛乳 うみのおさんぼ	牛乳 やさいスナック	牛乳 きなこ フィンガービス	牛乳 サクサク わかめチップス	牛乳 チャーリーの だいぼうけん	牛乳 サクサク わかめチップス		牛乳 やさいスナック	牛乳 きなこ フィンガービス	牛乳 サクサク わかめチップス	牛乳 チャーリーの だいぼうけん	牛乳 サクサク わかめチップス	牛乳 うみのおさんぼ
	ご飯 鶏肉の竜田揚げ 青のりポテト 彩り野菜サラダ 油揚げと 長ねぎの味噌汁	ご飯 カレイの パン粉焼き ちくわと もやしの磯部和え 春雨スープ りんご	ひじきと 鶏のそぼろ丼 小松菜と うす揚げの味噌汁 バナナ	ちゃんぽん風 うどん 高野豆腐の煮物	ご飯 鮭のごま煮 レンコンサラダ 玉ねぎと 麩のみそ汁 りんご	【お弁当風献立】 おにぎり からあげ ウインナー ブロッコリーの ごま和え かぼちゃ スティック バナナ		焼きビーフン スープ みかん	わかめご飯 鶏肉の マーメレード焼き トマト 切干大根の煮物 みそ汁	和風スパゲッティ スープ ハンバーグ マカロニサラダ コンソメスープ りんご	ご飯 たらの カレーフリッター ほうれん草と えのきのお浸し かぼちゃのソテー もずくのみそ汁	ロールパン ハヤシシチュー ブロッコリー おかか和え バナナ	
昼食	うるち米 鶏もも肉 食塩 濃口しょうゆ 本みりん かたくり粉 米油 じゃがいも 食塩 青のり キャバツ コーン パプリカ(赤) きび糖 食塩 米酢 米油 油揚げ 白ねぎ だし汁 みそ	うるち米 カレイ 薄力粉 マヨドレ パン粉 有塩バター もやし ピーマン ちくわ 焼きのり 濃口しょうゆ きび糖 米油 はるさめ にんじん チンゲンサイ 鶏がらスープ 薄口しょうゆ 食塩 りんご	うるち米 鶏ひき肉 にんじん たまねぎ ひじき さやいんげん 米油 きび糖 本みりん 濃口しょうゆ 食塩 かたくり粉 高野豆腐 にんじん だいこん グリーンピース だし汁 きび糖 本みりん 濃口しょうゆ 薄口しょうゆ	うどん(ゆで) 豚肉 ちくわ もやし キャバツ しいたけ 顆粒 鶏がらスープ 薄口しょうゆ 食塩 かたくり粉 高野豆腐 にんじん だいこん グリーンピース だし汁 きび糖 本みりん 濃口しょうゆ 薄口しょうゆ	うるち米 鮭 白ごま だし汁 きび糖 濃口しょうゆ 本みりん ローズハム れんこん にんじん きゅうり コーン マヨドレ 白ごま 濃口しょうゆ きび糖 たまねぎ 麩 だし汁 みそ りんご	うるち米 ふりかけ 鶏もも肉 しょうが にんにく 濃口しょうゆ 薄力粉 片栗粉 米油 ウインナー ブロッコリー 濃口しょうゆ いりごま だし汁 かぼちゃ 米油 食塩 バナナ		ビーフン 豚肉 たまねぎ にんじん キャバツ 青ねぎ ごま油 顆粒 鶏がらスープ 濃口しょうゆ 本みりん 食塩 ブロッコリー コーン 顆粒 鶏がらスープ 薄口しょうゆ 食塩 みかん	うるち米 混ぜ込みわかめ 鶏もも肉 にんにく しょうが マーメレード 濃口しょうゆ トマト 切り干し大根 にんじん 油揚げ さやいんげん だし汁 きび糖 本みりん 濃口しょうゆ 薄口しょうゆ かぼちゃ たまねぎ だし汁 みそ	スパゲッティ 鶏もも肉 たまねぎ ほうれんそう しめじ 有塩バター 濃口しょうゆ はくさい にんじん ベーコン だし汁 薄口しょうゆ 食塩 マカロニ さやいんげん コーン缶 ツナ缶 マヨドレ きび糖 食塩 チンゲンサイ にんじん コンソメ 食塩 薄口しょうゆ りんご	うるち米 合ひき肉 食塩 たまねぎ 牛乳 パン粉 米油 ケチャップ かつソース きび糖 ほうれんそう えのき にんじん 濃口しょうゆ きび糖 だし汁 かぼちゃ もずく 木綿豆腐 青ねぎ だし汁 みそ	うるち米 牛肉 じゃがいも たまねぎ にんじん 米油 ハヤシルウ トマトビューレ ウスターソース コンソメ ブロッコリー 濃口しょうゆ かつお節 だし汁 バナナ	
おやつ	牛乳 ココアマフィン	牛乳 バナナケーキ	牛乳 フライドポテト	牛乳 かぼちゃプリン	牛乳 マカロニきなこ	牛乳 クッキー		牛乳 ごま ボンデケーキ	牛乳 きなこクッキー	牛乳 フルーチェ	牛乳 ピザトースト	牛乳 みかんヨーグルト	牛乳 さつまいもおにぎり
	牛乳 ホットケーキミックス グラニュー糖 米油 牛乳 ココアパウダー バター	牛乳 ホットケーキミックス バナナ グラニュー糖 米油 牛乳	牛乳 じゃがいも 食塩 米油	牛乳 かぼちゃ きび糖 牛乳 ゼラチン	牛乳 マカロニ きな粉 きび糖	牛乳 薄力粉 無塩バター グラニュー糖 野菜パウダー ココアパウダー		牛乳 じゃがいも ごま 牛乳 かたくり粉 薄力粉 きび糖 食塩	牛乳 薄力粉 きな粉 有塩バター 粉糖	牛乳 フルーチェ	牛乳 食パン ウインナー ピーマン 玉ねぎ ケチャップ マヨドレ ピザチーズ	牛乳 ヨーグルト (全脂無糖) みかん缶	牛乳 うるち米 さつまいも 黒ごま 塩

勤労感謝の日