

１１月献立表



令和８年１１月発行

ながさわ子ども園

	2日（月）	3日（火）	4日（水）	5日（木）	6日（金）	7日（土）
	ミートスパゲティ スパゲティ、合ミンチ、人参 玉葱、トマト、にんにく グリーンピース、ケチャップ ソース、コンソメ、チーズ 油、塩 **菜果サラダ** きゃべつ、きゅうり、梨 レーズン、油、酢、塩 こしょう **きのこのスープ** えのき、しめじ、なめこ 玉葱、パセリ、塩、コンソメ	文化の日 	**ご飯** **サケの味噌焼き** サケ、酒、味噌、砂糖 みりん、南瓜 **ひじき煮** ひじき、人参、こんにゃく いんげん、さつま揚げ、油 砂糖、醤油 **かぶのスープ** かぶ、人参、玉葱、塩 ブロッコリー、鶏がらだし **バナナ**	**じゃこご飯** 米、しらす干し わかめふりかけ **豆腐入り松風焼き** 豆腐、鶏ミンチ、玉葱 パン粉、砂糖、味噌、ごま 青のり、コーン **南瓜の含め煮** 南瓜、グリーンピース 砂糖、醤油 **玉葱のすまし汁** 玉葱、えのき、人参、葱 いりこ、塩、醤油	**ご飯** **グリルチキン** 鶏肉、塩、こしょう ブロッコリー **スイートポテトサラダ** さつま芋、人参、きゅうり りんご、マヨネーズ こしょう **なすの味噌汁** なす、玉葱、チンゲン菜 いりこ、味噌 **オレンジ**	**エビピラフ** 米、エビ、ベーコン、人参 玉葱、ピーマン、コーン バター、コンソメ、塩 **白菜スープ** 白菜、人参、玉葱、パセリ 塩、コンソメ **バナナ**
おやつ	**メロントースト** 食パン、ミックス粉、砂糖 メロンシロップ、油 **牛乳**		**芋ようかん** さつま芋、寒天、砂糖、塩 **牛乳**	**スティックパイ** パイ生地、砂糖 **牛乳**	**ごまごまクッキー** 小麦粉、ごま、砂糖、塩、油 スキムミルク **牛乳**	**菜子**  **牛乳**
	9日（月）音楽指導	10日（火）	11日（水）	12日（木）	13日（金）七五三	14日（土）
	ブリ丼 米、ブリ、片栗粉、油、酒 醤油、砂糖、みりん、人参 海苔 **ナムル** 小松菜、ハム、人参 もやし、ごま、ごま油 醤油、砂糖、鶏がらだし **じゃが芋の味噌汁** じゃが芋、玉葱、油揚げ、葱 いりこ、味噌 **オレンジ**	**野菜ラーメン** 中華麺、かまぼこ、人参、葱 玉葱、もやし、椎茸、コーン 醤油、鶏がらだし、いりこ **オレンジジュース角煮** 豚肉、にんにく、生姜 オレンジジュース、醤油 砂糖、きゃべつ **切干し大根のサラダ** 切干し大根、小松菜 カニかま、マヨネーズ、醤油	**ご飯** **白菜ロール** 白菜、鶏ミンチ、豚ミンチ 椎茸、玉葱、ケチャップ ソース、バター 砂糖、コンソメ  **人参しりしり** 人参、ツナ、かつお節、昆布 油、醤油、みりん **おつゆふの味噌汁** おつゆふ、玉葱、ごぼう チンゲン菜、いりこ、味噌	**ご飯** **厚揚げと春雨の煮物** 厚揚げ、春雨、豚肉、人参 にら、玉葱、にんにく、生姜 鶏がらだし、醤油、砂糖 みりん、酒、油 **ブロッコリーの甘酢和え** ブロッコリー、人参、醤油 酢、砂糖 **とろみ汁** 玉葱、大根、南瓜、葱 いりこ、塩、醤油、片栗粉 **バナナ**	**赤飯** もち米、小豆、塩 ごま、砂糖  **おでん** 鶏肉、こんにゃく、人参 大根、がんもどき、里芋 昆布、かつお節、醤油 みりん **ゆかり和え** きゃべつ、もやし、醤油 ゆかりふりかけ **みかん**	**カレー丼** 米、豚肉、人参、玉葱 グリーンピース、にんにく カレールウ、めんつゆ **中華和え** きゅうり、きゃべつ、人参 ごま油、鶏がらだし **バナナ**
おやつ	**フルーツ白玉** 白玉粉、砂糖、白桃、パイン みかん、いちごシロップ 寒天　**牛乳**	**豆乳もち** 豆乳、砂糖、片栗粉、きな粉 塩 **牛乳**	**ながさわっ子まんじゅう** 小麦粉、B.P、黒砂糖、酒 あんこ、片栗粉 **牛乳**	**ホットケーキ** ミックス粉、牛乳、油 メープルシロップ **牛乳**	**フライドポテト** じゃが芋、油、塩、青のり **牛乳**	**菜子**  **牛乳**
	16日（月）	17日（火）	18日（水）	19日（木）	20日（金）誕生日会	21日（土）
	肉うどん うどん、牛肉、玉葱、人参 かまぼこ、葱、油、酒、塩 醤油、みりん、かつお節 **タラの天ぷら** タラ、酒、塩、天ぷら粉 油、人参、砂糖、醤油 **酢味噌和え** ほうれん草、ちくわ、酢 コーン、砂糖、醤油、味噌 **オレンジ**	**ご飯** **さつま芋と鶏肉の煮物** さつま芋、鶏肉、人参、玉葱 こんにゃく、いんげん、油 砂糖、醤油 **磯辺和え** もやし、人参、海苔、醤油 **きゃべつスープ** きゃべつ、玉葱、えのき、塩 グリーンピース、コンソメ	**ご飯** **サバの塩焼き** サバ、塩、南瓜 **納豆サラダ** 納豆、大根、ほうれん草 人参、チーズ、マヨネーズ 醤油 **田舎スープ** 鶏肉、人参、しめじ、玉葱 なす、葱、にんにく、油 鶏がらだし、塩、醤油 **オレンジ**	**さつま芋ご飯** 米、さつま芋、ごま、塩 **豆腐の野菜あんかけ** 豆腐、人参、玉葱、キヌサヤ 醤油、砂糖、片栗粉 **れんこんの金平** れんこん、人参、ピーマン こんにゃく、砂糖、醤油 ごま油 **ほうれん草の味噌汁** ほうれん草、玉葱、椎茸 いりこ、味噌	**ご飯** **ササミのチーズフライ** 鶏肉、塩、こしょう、チーズ 天ぷら粉、パン粉、油 ブロッコリー **ひじき華風和え** ひじき、人参、きゅうり ツナ、酢、砂糖、醤油 ごま、ごま油 **アサリのスープ** アサリ、玉葱、人参 チンゲン菜、塩 醤油、鶏がらだし	**鶏そぼろ寿司** 米、昆布、酢、砂糖、塩 鶏ミンチ、人参、ごぼう 椎茸、醤油、砂糖 **油揚げの味噌汁** 油揚げ、おつゆふ、玉葱 葱、いりこ、味噌 **バナナ**
おやつ	**おこわむすび** もち米、鶏肉、人参、ごぼう 油揚げ、椎茸、かつお節 昆布、砂糖、醤油　**牛乳**	**バナナ蒸しパン** ミックス粉、砂糖、バナナ 豆乳、油、レモン  **牛乳**	**◆やみうき里芋** 里芋、醤油、コンソメ、砂糖 片栗粉、塩、こしょう、油 **牛乳**	**スイートパンプキン** 南瓜、バター、砂糖、牛乳 レーズン、スキムミルク **牛乳**	**ケーキ** 米粉、コーンスターチ、油 B.P、砂糖、牛乳、生クリーム いちごパウダー　**牛乳**	**菜子**  **牛乳**
	23日（月）	24日（火）	25日（水）	26日（木）予行練習	27日(金)わくわくランチ	28日（土）
	勤労感謝の日 	**ご飯** **幽庵焼き** サケ、ゆず、エリンギ、椎茸 醤油、みりん、酒、人参 **チンゲン菜の煮びたし** チンゲン菜、白菜、人参 さつま揚げ、ごま油、醤油 鶏がらだし、みりん **南瓜の味噌汁** 南瓜、玉葱、ごぼう いりこ、味噌 **バナナ**	**ご飯** **豚大根** 豚肉、大根、人参、いんげん 厚揚げ、しめじ、こんにゃく 油、味噌、砂糖、醤油 **春雨サラダ** 春雨、小松菜、ハム 醤油、マヨネーズ スキムミルク **ワンタンスープ** ワンタンの皮、人参、葱 玉葱、鶏がらだし、塩 醤油	**チキンカレー** 米、押麦、鶏肉、人参、玉葱 じゃが芋、南瓜、酒、油 カレールウ  **即席漬け** きゃべつ、きゅうり、人参 塩、醤油 **みかん**	**ロールパン** **ポパイグラタン** ほうれん草、じゃが芋、玉葱 ベーコン、コーン、小麦粉 バター、牛乳、チーズ パン粉、コンソメ、塩 **ブロッコリーの和え物** ブロッコリー、人参、醤油 **オニオンスープ** 玉葱、椎茸、パセリ コンソメ、塩 **オレンジ**	**マーボー丼** 米、豆腐、豚ミンチ、玉葱 人参、葱、生姜、にんにく 味噌、砂糖、醤油、ごま油 鶏がらだし、片栗粉 **わかめのすまし汁** わかめ、大根、人参、いりこ 塩、醤油 **バナナ**
おやつ		**ねじりかりんとう** 小麦粉、砂糖、塩、油 ショートニング **牛乳**	**アップルパイ** パイ生地、りんご、砂糖 **牛乳**	**牛乳寒（いちごソース）** 牛乳、寒天、砂糖、いちご **ウエハース**	**スイートポテト**  さつま芋、バター、塩 砂糖、牛乳、スキムミルク **牛乳**	**菜子**  **牛乳**
	30日（月）					
	ご飯 **バトウのムニエル** バトウ、塩、こしょう、醤油 小麦粉、バター、いんげん **◆柿の塩っぺ和え** 柿、かぶ、塩昆布、醤油 **ミネストローネ** マカロニ、ベーコン、玉葱 じゃが芋、グリーンピース 人参、トマト、コンソメ 塩、砂糖、油					
おやつ	**ツナッペおにぎり** 米、押麦、ツナ、塩昆布 **牛乳**					



１１月２４日は**「和食の日」**です。これは語呂合わせから来ています。
「いい(１１)に(2)ほんしょく(4)」
また、１１月は実りの季節で、五穀豊穣を祈る行事が各地で行われる季節です。この時期に和食文化を振り返ることで、自然や食材への感謝の気持ちを再確認する意味も込められているようです。2013年にはユネスコ無形文化遺産に登録され、世界的にも評価されています。
園でも１１月２４日は和食メニューです。。お家でも和食を意識して食べてみるのはいかがでしょうか。

●３歳未満児のみ午前のおやつに牛乳(１００ｍｌ)を飲みます。
●行事、材料の都合により献立を一部変更することがあります。

◆新メニューです。