



2019年11月 朝食・夕食予定献立表

瑞江わんぱく保育園



日	曜日	朝食	材料	夕食	材料
1	金			ごはん コンソメスープ 白身魚のムニエル 小松菜のソテー フルーツ	米 じゃが芋・玉ねぎ かれい・小麦粉・バター・ケチャップ ハム・小松菜・玉ねぎ・コーン・しめじ フルーツ
2	土	パン チャウダー 具沢山オムレツ 牛乳	食パン・ジャム ウインナー・カリフラワー・玉ねぎ・人参・バター・小麦粉・牛乳・ドライパセリ 玉ねぎ・人参・グリーンピース・卵・ケチャップ・プロッコリー 牛乳		
8	金			ごはん すまし汁 かれいの蒲焼き風 小松菜のお浸し フルーツ	米 白菜・えのき かれい・小麦粉・片栗粉 小松菜・人参 フルーツ
9	土	ハムチーズサンド コーンポタージュ 洋風たまご焼き 牛乳	食パン・バター・マヨドレ・胡瓜・ハム・チーズ 玉ねぎ・牛乳・クリームコーン缶・コーン・コーンスターチ・ドライパセリ 卵・牛乳・玉ねぎ・ほうれん草・人参・ケチャップ・プロッコリー 牛乳		
15	金			ごはん コンソメスープ たらのトマトソース 切干大根のサラダ フルーツ	米 ほうれん草・しめじ たら・小麦粉・カットトマト・玉ねぎ・バター・ケチャップ・ソース 切干大根・カニカマ・胡瓜・コーン・マヨドレ フルーツ
16	土	パン ミネストローネ ジャーマンポテト 牛乳	食パン・ジャム マカロニ・人参・玉ねぎ・カットトマト・ドライパセリ ウインナー・じゃが芋・玉ねぎ・ドライパセリ 牛乳		
22	金			ごはん 味噌汁 かれいの甘辛焼き ほうれん草の海苔和え フルーツ	米 わかめ・長葱 かれい ほうれん草・人参・海苔 フルーツ
23	土	パン チャウダー 具沢山オムレツ 牛乳	食パン・ジャム ウインナー・カリフラワー・玉ねぎ・人参・バター・小麦粉・牛乳・ドライパセリ 玉ねぎ・人参・グリーンピース・卵・ケチャップ・プロッコリー 牛乳		
29	金			ごはん 味噌汁 さわらの胡麻だれ 小松菜の信田和え フルーツ	米 豆腐・長葱 さわら・練り胡麻・片栗粉 小松菜・油揚げ フルーツ
30	土	ハムチーズサンド コーンポタージュ 洋風たまご焼き 牛乳	食パン・バター・マヨドレ・胡瓜・ハム・チーズ 玉ねぎ・牛乳・クリームコーン缶・コーン・コーンスターチ・ドライパセリ 卵・牛乳・玉ねぎ・ほうれん草・人参・ケチャップ・プロッコリー 牛乳		

*材料の入荷状況や、配達、天候等の都合により、献立を変更させて頂く場合がございます。
 *だし汁には、かつお節・昆布・煮干しを使用しています。
 *調味料として、醤油・三温糖・塩・味噌・サラダ油・ゴマ油・酢・コンソメ・中華だしを使用しています。
 *今月のフルーツは、バナナ・りんご・柿・オレンジ・グレープフルーツを使用する予定です。