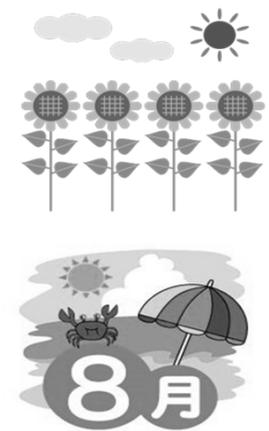


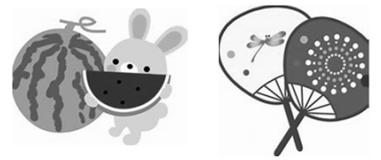
日	1・15	3・17	4・18	5・19	6・20	7・21	8・22
曜日	土	月	火	水	木	金	土
献立名	ごはん 鶏しぼろ煮 ブロッコリーのお浸し わかめと大根のみそ汁	ごはん ポークチャップ 小松菜のごま和え オクラとかまほこのすまし汁	ごはん サウのチーズ焼き 厚揚げとなすのみそ炒め 玉ねぎとえのきのすまし汁 果物(オレンジ)	牛肉のスタミナ丼 ほうれん草のサラダ 冬瓜とパプリカのスープ	★冷やし中華 ブロッコリーサラダ 果物(すいか)	ごはん 鶏肉の甘酢ソテー かぼちゃの煮物 椎茸と人参のすまし汁	ごはん 肉じゃが 小松菜ののり和え しめじと麩のみそ汁
材料名	白米 鶏肉 ささがきごぼう 人参 玉ねぎ 糸こんにゃく 天然だし(昆布・かつお) 醤油 砂糖 酒 みりん ブロッコリー 油揚げ 天然だし(昆布・かつお) 醤油 砂糖 酒 みりん わかめ 大根 天然だし(昆布・かつお) みそ	白米 豚肉 玉ねぎ 人参 ピーマン ポークチャップ コンソメ ソース 醤油 砂糖 酒 小松菜 人参 白こま油 天然だし(昆布・かつお) 醤油 砂糖 みりん オクラ 赤かまほこ 天然だし(昆布・かつお) 醤油 塩 みりん	白米 サケ 酒 塩 ミックステーズ パセリ 厚揚げ なす 人参 青ねぎ 天然だし(昆布・かつお) 醤油 砂糖 酒 みりん みそ こま油 玉ねぎ えのき 天然だし(昆布・かつお) 醤油 塩 みりん オレンジ	白米 牛肉 人参 玉ねぎ 太もやし ニラ 焼肉のたれ にんにく 砂糖 油 片栗粉 ほうれん草 コーン 酢 醤油 砂糖 塩 油 冬瓜 赤パプリカ コンソメ 醤油 塩 みりん	中華麺 ロースハム きゅうり トマト 錦糸卵 白こま油 にま油 醤油 砂糖 酢 ブロッコリー 人参 酢 醤油 砂糖 塩 油 すいか	白米 鶏肉 玉ねぎ れんこん 黄パプリカ 中華だし 酢 醤油 砂糖 酒 こま油 片栗粉 かぼちゃ 天然だし(昆布・かつお) 醤油 砂糖 酒 みりん 椎茸 人参 天然だし(昆布・かつお) 醤油 塩 みりん	白米 牛肉 じゃが芋 人参 玉ねぎ 枝豆 天然だし(昆布・かつお) 醤油 砂糖 酒 みりん 小松菜 さきさきのり 天然だし(昆布・かつお) 醤油 砂糖 みりん しめじ 麩 天然だし(昆布・かつお) みそ
副食	お菓子、牛乳 お菓子(煎餅、クッキー、ビスケット) 牛乳	焼うどん、麦茶 うどん 人参 玉ねぎ チンゲン菜 醤油 油 本だし 麦茶	※ココアパンケーキ、牛乳 うどん 小麦粉 ココア 砂糖 ベーキングパウダー 塩 油 牛乳	さつま芋きな粉、麦茶 さつま芋 砂糖 きな粉 麦茶	お茶漬け風おにぎり、麦茶 白米 お茶漬けわかめの素 麦茶	手作りゼリー、牛乳 ぶどうジュース 砂糖 イナアガー 牛乳	お菓子、牛乳 お菓子(煎餅、クッキー、ビスケット) 牛乳
栄養価	幼児 511kcal 蛋白14.5g 脂質12.3g 塩分2.0g 乳児 409kcal 蛋白14.5g 脂質9.8g 塩分1.6g	幼児 447kcal 蛋白15.3g 脂質10.6g 塩分1.9g 乳児 358kcal 蛋白12.2g 脂質8.5g 塩分1.5g	幼児 584kcal 蛋白21.6g 脂質13.5g 塩分1.7g 乳児 467kcal 蛋白17.3g 脂質10.8g 塩分1.4g	幼児 542kcal 蛋白12.7g 脂質14.5g 塩分1.7g 乳児 434kcal 蛋白10.2g 脂質11.6g 塩分1.4g	幼児 497kcal 蛋白12.7g 脂質9.6g 塩分1.9g 乳児 398kcal 蛋白11.4g 脂質7.7g 塩分1.5g	幼児 539kcal 蛋白15.6g 脂質11.5g 塩分1.9g 乳児 431kcal 蛋白12.5g 脂質9.2g 塩分1.5g	幼児 561kcal 蛋白16.9g 脂質16.8g 塩分1.9g 乳児 449kcal 蛋白13.5g 脂質13.4g 塩分1.5g
A					★冷やし中華 (錦糸卵なし)		
日	11・25	12・26	13・27	14・28	24	29	31
曜日	火	水	木	金	月	土	月
献立名	ごはん ホイコーロー風 ひじきの煮物 豆腐と小松菜のすまし汁	ごはん 鶏肉の照り焼き ブロッコリーとツナのサラダ わかめと人参のみそ汁 果物(マスクット)	コーンごはん サウの和風あなか ほうれん草とかにかまのサラダ 切干大根と里芋のみそ汁	夏野菜カレー チンゲン菜のナムル フルーツポンチ	ごはん ハンバーグおろしポン酢 チンゲン菜のサラダ 玉ねぎとカリフラワーのスープ	五目うどん じゃが芋のコンソメ煮 いんげんのおかか和え	豆腐めし ★さつま芋のマヨサラダ こしね汁 果物(りんご) 【群馬県郷土料理】
材料名	白米 豚肉 キャベツ 玉ねぎ 人参 みそ 醤油 砂糖 酒 みりん こま油 にんにく ひじき 人参 さつま揚げ 千歳サヤ 天然だし(昆布・かつお) 醤油 砂糖 酒 みりん 絹ごし豆腐 小松菜 天然だし(昆布・かつお) 醤油 塩 みりん	白米 鶏肉 醤油 砂糖 酒 みりん 油 ブロッコリー 酢 醤油 砂糖 塩 油 わかめ 人参 天然だし(昆布・かつお) みそ マスクット	白米 コーン 天然だし(昆布・かつお) 塩 バター 醤油 サウ 人参 ポークチャップ ソース えのき 天然だし(昆布・かつお) 醤油 砂糖 酒 みりん 塩 片栗粉 チンゲン菜 人参 太もやし 酢 醤油 砂糖 塩 油 切干大根 里芋 天然だし(昆布・かつお) みそ	白米 豚肉 かぼちゃ なす 赤パプリカ 玉ねぎ ソース ポークチャップ ツナ 小麦粉 カレーウ 油 スキムミルク チンゲン菜 人参 太もやし 酢 醤油 砂糖 塩 油 黄桃缶 みかん缶 ハイユ缶 寒天ゼリー 砂糖	白米 玉ねぎ 牛肉 豚肉 鶏肉 パン粉(乳・小麦・大豆含む) 鶏卵 牛乳 砂糖 塩 酒 みりん しよが にんにく 大根おろし ポン酢 醤油 砂糖 みりん チンゲン菜 ミニトマト 酢 醤油 砂糖 塩 油 玉ねぎ カリフラワー 醤油 塩 みりん	うどん 鶏肉 人参 玉ねぎ 赤かまほこ 大根 天然だし(昆布・かつお) 醤油 砂糖 酒 みりん 油 じゃが芋 人参 玉ねぎ ウインナー キャベツ コンソメ 醤油 みりん パセリ いんげん 人参 かつお節 天然だし(昆布・かつお) 醤油 砂糖 みりん りんご	豆腐めし ★さつま芋のマヨサラダ こしね汁 果物(りんご) 【群馬県郷土料理】 りんご 手作りゼリー、牛乳 オレンジジュース 砂糖 イナアガー 牛乳
副食	クリームマカロン、麦茶 マカロン ベーコン コンソメ 牛乳 クリームシチュールウ パセリ 麦茶	手作りチヂミ、麦茶 小麦粉 片栗粉 小麥粉 玉ねぎ ニラ こま油 醤油 本だし 麦茶	こま味噌クッキー、牛乳 小麦粉 砂糖 油 みそ 白こま油 牛乳	鬆ラスク、牛乳 鬆 バター 砂糖 牛乳	かぼちゃパイ、牛乳 餃子の皮 かぼちゃ 砂糖 油 牛乳	お菓子、牛乳 お菓子(煎餅、クッキー、ビスケット) 牛乳	お菓子、牛乳 お菓子(煎餅、クッキー、ビスケット) 牛乳
栄養価	幼児 475kcal 蛋白18.0g 脂質11.1g 塩分1.8g 乳児 380kcal 蛋白14.4g 脂質8.9g 塩分1.4g	幼児 520kcal 蛋白19.6g 脂質15.2g 塩分1.9g 乳児 416kcal 蛋白15.7g 脂質12.2g 塩分1.5g	幼児 613kcal 蛋白19.1g 脂質18.1g 塩分2.2g 乳児 490kcal 蛋白15.3g 脂質14.5g 塩分1.8g	幼児 653kcal 蛋白16.6g 脂質18.5g 塩分1.9g 乳児 522kcal 蛋白13.3g 脂質14.8g 塩分1.5g	幼児 560kcal 蛋白17.7g 脂質14.3g 塩分1.7g 乳児 448kcal 蛋白14.2g 脂質11.4g 塩分1.4g	幼児 436kcal 蛋白15.6g 脂質10.0g 塩分2.1g 乳児 349kcal 蛋白12.5g 脂質8.0g 塩分1.7g	幼児 528kcal 蛋白13.7g 脂質12.3g 塩分1.8g 乳児 422kcal 蛋白11.0g 脂質9.6g 塩分1.4g
A							★さつま芋のサラダ (マヨネーズなし)



今月の郷土料理は、群馬県です！

豆腐めし
群馬県の利根地区は大豆の産地で、木綿豆腐作りが盛んです。豆腐めしは、「しょうゆめし」に消化の良い木綿豆腐を炒めて入れたところ、美味しかったことが始まりです。

こしね汁
「こんにゃく」「しいたけ」「ねぎ」の頭文字を取って名付けられた郷土料理です。この3種類だけではなく、地元野菜をふんだんに使うのが特徴です。こしね汁は、野菜をたくさん食べられるように豚肉を入れてコクを出し、具だくさんことから「食べるみそ汁」と言われています。



※仕入れ等の都合により、事前の連絡なく献立・材料に変更が生じる場合がございます。予めご了承ください。
※★印はアレルギー除去食対象です。
※アレルギー-B-Cは別紙メニューになります。

※18日の副食は誕生日のための誕生ケーキ(生クリーム、みかん缶、白桃缶を含む)となり、栄養価は以下ようになります。
幼児・630kcal、蛋白22.3g、脂質17.4g、塩分1.8g
乳児・504kcal、蛋白17.8g、脂質13.9g、塩分1.4g