

2021年11月献立表

広島キリスト教社会館保育所



献立名	食品名	おやつ
1日 (月) さつまいもごはん すき焼風煮 ほうれんそうのいそべあえ	さつまいも ごま 昆布 牛肉 木綿豆腐 白菜 糸こんにやく えのきだけ 焼きふ 春菊 ほうれんそう にんじん 油揚げ 焼きのり	蒸しパン 牛乳・いりこ
2日 (火) 焼そば ポテトサラダ	ゆで中華めん 豚肉 たまねぎ キャベツ もやし にんじん ピーマン ソース じゃがいも ブロッコリー にんじん ほうろくにんご コーン りんご マヨネーズ	おにぎり 牛乳・いりこ
3日 (水)		
4日 (木) ハヤシライス さつまいもサラダ	牛肉 たまねぎ にんじん マッシュルーム グリンピース ハヤシルー さつまいも ブロッコリー ロースハム りんご レーズン マヨネーズ	ラスク 牛乳・いりこ
5日 (金) 鶏の唐揚げ れんこんきんぴら みそ汁	鶏もも肉 薄力粉 かたくり粉 れんこん にんじん ごま ごま油 たまねぎ たまご わかめ ねぎ 麦みそ 煮干し	りんごケーキ 牛乳・いりこ
6日 (土) ロールパン やさしいサラダ ミートボールスープ	ロールパン レタス きゅうりにんじん シーチキン コーン ミートボール たまねぎ にんじん キャベツ しめじ コンソメ	おかし 牛乳・いりこ
8日 (月) そぼろごはん 小松菜のおひたし すまし汁	はいが精米 鶏ひき肉 たまご 小松菜 にんじん まいたけ 油揚げ 絹ごし豆腐 わかめ えのきだけ ねぎ 煮干し	クッキー 牛乳・いりこ
9日 (火) ラーメン ギョーザ チンゲン菜のソテー	ゆで中華めん 豚肉 キャベツ たまねぎ もやし にんじん 水煮タケノコ ねぎ 鶏ガラ ぎょうざ チンゲン菜 しめじ ごま油	ごへいもち 牛乳・いりこ
10日 (水) さばのカレー煮 キャベツのごまあえ けんちん汁	さばしょうが カレールー キャベツ にんじん ごま 木綿豆腐 大根 にんじん ゴぼう しめじ 干しいたけ ねぎ 煮干し ごま油	チヂミ 牛乳・いりこ
11日 (木) マカロニグラタン 大根サラダ	鶏もも肉 マカロニ たまねぎ しめじ パセリ チーズ 牛乳 バター 薄力粉 大根 きゅうりにんじん シーチキン コーン 和風ドレッシング	ジャムロールサンド 牛乳・いりこ
12日 (金) ハンバーガー フライドポテト かぼちゃスープ	バンズパン 合いびき肉 たまねぎ たまご パン粉 レタス じゃがいも かぼちゃ たまねぎ しめじ パセリ 牛乳 クリームシチューミックス	パースデーケーキ 牛乳・いりこ
13日 (土) ごまロール マカロニサラダ ビーフシチュー	ごまロール マカロニ きゅうりにんじん ロースハム コーン マヨネーズ 牛肉 たまねぎ じゃがいも にんじん しめじ グリンピース ビーフシチューミックス	おかし 牛乳・いりこ
15日 (月) ポークピカタ ひじきの炒り煮 みそ汁	豚肩ロース 薄力粉 たまご チーズ パセリ ほしひじき 厚揚げ にんじん 糸こんにやく 干しいたけ さつまいも キャベツ 焼きふ ねぎ 麦みそ 煮干し	ホットケーキ 牛乳・いりこ
16日 (火) カレーライス リャンパンサンデー	牛肉 たまねぎ じゃがいも にんじん グリンピース カレールー はるさめ ロースハム きゅうりにんじん ごま ごま油	ヨーグルト おかし
17日 (水) 鮭の塩焼 煮豆 豚汁	鮭 うずら豆 豚肉 大根 にんじん 白菜 ごぼう さつまいも こんにやく ねぎ 麦みそ 煮干し	ピザトースト 牛乳・いりこ
18日 (木) おでん ほうれんそうのごまあえ キム	牛肉 大根 焼き竹輪 がんもどき 厚揚げ こんにやく 煮干し ほうれんそう にんじん えのきだけ ごま 焼きのり ごま油	ぜんざい
19日 (金) かきあげ ごま酢あえ みそ汁	チリメンジャコ たまねぎ れんこん さつまいも にんじん 薄力粉 たまご きゅうり もやし にんじん ごま 絹ごし豆腐 わかめ なめこ ねぎ 麦みそ 煮干し	お好み焼き 牛乳・いりこ
20日 (土) ロールパン スパゲティサラダ クリームシチュー	ロールパン スパゲティ きゅうりにんじん ロースハム コーン マヨネーズ 鶏もも肉 たまねぎ じゃがいも にんじん グリンピース 牛乳 クリームシチューミックス	おかし 牛乳・いりこ
22日 (月) 親子丼 海藻サラダ	たまご 鶏もも肉 たまねぎ にんじん しいたけ みつば 煮干し わかめ きゅうり シーチキン ごま ごま油	大学いも 牛乳・いりこ
23日 (火)		
24日 (水) チャプチェ わかめ汁	牛肉 はるさめ ほうれんそう にんじん しいたけ ごま ごま油 わかめ ねぎ ごま ごま油 煮干し	トック
25日 (木) ハンバーグ ポテトサラダ キャロットスープ	合いびき肉 たまねぎ にんじん たまご パン粉 トマトケチャップ じゃがいも きゅうりにんじん ロースハム りんご マヨネーズ にんじん たまねぎ しめじ パセリ 牛乳 クリームシチューミックス	きなこだんご 牛乳・いりこ
26日 (金) さばの竜田揚げ 切干大根の炒め煮 のっぺい汁	さばしょうが かたくり粉 切干大根 にんじん 干しいたけ 厚揚げ ごま油 さといも 大根 ゴぼう にんじん なめこ 干しいたけ 油揚げ ねぎ 煮干し	オートミールケーキ 牛乳・いりこ
27日 (土) レーズンパン やさしいサラダ わんたんスープ	レーズンパン レタス きゅうりにんじん りんご ロースハム コーン わんたん たまねぎ にんじん えのきだけ チンゲン菜 ごま ごま油	おかし 牛乳・いりこ
29日 (月) 麻婆丼 リャンパンサンデー	木綿豆腐 合いびき肉 たまねぎ にんじん たら ねぎ 赤みそ かたくり粉 ごま油 はるさめ ロースハム きゅうりにんじん ごま ごま油	おさつドーナツ 牛乳・いりこ
30日 (火) でんがくうどん 小松菜のおひたし さつまいもの煮物	うどん 牛ホルモン キャベツ 春菊 ねぎ 煮干し 小松菜 にんじん まいたけ 油揚げ さつまいも	おにぎり 牛乳・いりこ



給食レシピ

りんごケーキ

材料 (18cm丸型1台分)

- 薄力粉 120g
- ベーキングパウダー 小さい 1/2
- バター 120g
- 砂糖 120g
- 卵 2コ
- りんご 2コ

- 作り方
- ① りんごはくし形にスライスする。
 - ② 常温で軟らかくしたバターに砂糖、卵を加えて、その都度よく混ぜる。
 - ③ 薄力粉とベーキングパウダーを加えてふるい入れ、よく混ぜる。
 - ④ ①を加えて混ぜる。
 - ⑤ 型に流し、160℃に予熱したオーブンで約40分焼く。
 - ⑥ 竹串をさして、何も付いてこなければ焼き上がり!

16日(水)の(希)は、ひよこ組の希望献立です

25日(木)の(希)はきりん組の希望献立です