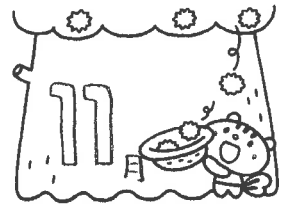


今日の希望献立は  
ひよこ組です

2022年11月 献立表

広島キリスト教会社会館保育所



献立名	食品名	おやつ
1日 (火) クリームスパゲティー 海藻サラダ	スパゲティウインナー たまねぎ しめじ 牛乳 バター 薄力粉 わかめ 大根 シーチキン ごま ごま油	りんごケーキ 牛乳・いりこ
2日 (水) ハンバーグ ポテトサラダ かぼちゃスープ	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 コーン りんご マヨネーズ 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	きなこだんご 牛乳・いりこ
3日 (木)	🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸	
4日 (金) さばの竜田揚げ キャベツのごまあえ だんご汁	さばしょうが かたくり粉 キャベツにんじん ごま 白玉粉 白菜 大根にんじん しめじ 油揚げ ねぎ 麦みそ 煮干し	小倉サンド 牛乳・いりこ
5日 (土) レーズンパン マカロニサラダ ビーフシチュー	レーズンパン マカロニ きゅうりにんじん シーチキン 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
7日 (月) ひじきの炒り煮 フライドポテト ミートボールスープ	ほしひじき 厚揚げ にんじん 糸こんにやく 干しいたけ じゃがいも ミートボール たまねぎ にんじん キャベツ しめじ	フレンチトースト 牛乳・いりこ
8日 (火) チキン南蛮 ブロッコリーのごまあえ みそ汁	鶏むね肉 薄力粉 たまご たまご たまねぎ マヨネーズ ブロッコリー ごま 大根 えのきだけ 油揚げ ねぎ 麦みそ 煮干し	おかし 牛乳・いりこ
9日 (水) 鮭の照焼 大根の煮物 みそ汁	鮭 大根にんじん れんこん 煮干し 絹ごし豆腐 わかめ えのきだけ ねぎ 麦みそ 煮干し	蒸しパン 牛乳・いりこ
10日 (木) チャプチェ わかめ汁 キム	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 焼きのり ごま油 塩	サーターアウンダーギー 牛乳・いりこ
11日 (金) ピラフ マカロニグラタン 大根サラダ やさいスープ	はいが精米 ウインナー たまねぎ にんじん コンソメ 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 コンソメ 大根 きゅうりにんじん シーチキン キャベツ たまねぎ にんじん トマト缶詰 じゃがいも コンソメ	バースデーケーキ 牛乳・いりこ
12日 (土) ロールパン やさいサラダ ポトフ	ロールパン レタス きゅうりにんじん りんご シーチキン コーン マヨネーズ ウインナー じゃがいも 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
14日 (月) とうふハンバーグ フライドかぼちゃ キャロットスープ	木綿豆腐 豚ひき肉 たまねぎ しいたけ パン粉 牛乳 たまご バター かぼちゃ 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	チヂミ 牛乳・いりこ
15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
16日 (水) 鱈の照焼 煮豆 豚汁	さば 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	アップルパイ 牛乳・いりこ
17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 きゅうりにんじん ロースハム りんご マヨネーズ	ラスク 牛乳・いりこ
18日 (金) かきあげ ごま酢あえ みそ汁	ちりめんじゃこ 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 えのきだけ ねぎ 麦みそ 煮干し	お好み焼き 牛乳・いりこ
19日 (土) ごまロール 春雨サラダ わんたんスープ	ごまロール はるさめ シーチキン きゅうりにんじん 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
21日 (月) 親子丼 ほうれんそうのいそべあえ みかん	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 ほうれんそう にんじん 油揚げ 焼きのり みかん	やきいも 牛乳・いりこ
22日 (火) おにぎり 鶏の唐揚げ ブロッコリーのごまあえ 大根の煮物	はいが精米 鶏もも肉 塩 薄力粉 かたくり粉 ブロッコリー ごま 大根 にんじん れんこん 干しいたけ 煮干し	ヨーグルト おかし
23日 (水)	🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸	
24日 (木) カレーライス ヨーグルトサラダ	牛肉 たまねぎ じゃがいも にんじん グリンピース カレールウ プレーンヨーグルト りんご バナナ みかん缶詰 バイナップル缶詰	プリト 牛乳・いりこ
25日 (金) さつまいもあげ 切干大根の炒め煮 みそ汁	あじすりみ ごぼう たまねぎ にんじん しょうが たまご かたくり粉 切干大根 にんじん 干しいたけ 厚揚げ ごま油 キャベツ かぼちゃ 油揚げ ねぎ 麦みそ 煮干し	トック
26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 シーチキン コーン マヨネーズ 鶏もも肉 たまねぎ にんじん じゃがいも 牛乳 クリームシチューミックス	おかし 牛乳・いりこ
28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 にかたくり粉 ごま油 はるさめ 鶏むね肉 きゅうりにんじん ごま ごま油	クッキー 牛乳・いりこ
29日 (火) ラーメン ギョーザ 海藻サラダ	ゆで中華めん 豚肉 キャベツ たまねぎ もやし にんじん 水餃子/お ねぎ 鶏ガラ ぎょうざ わかめ 大根 シーチキン ごま ごま油	おにぎり 牛乳・いりこ
30日 (水) きのこごはん 鶏肉の塩こうじ焼き かぼちゃの煮物 だんご汁	しめじ えのきだけ まいたけ にんじん 油揚げ 昆布 鶏もも肉 かぼちゃ 白玉粉 白菜 大根にんじん 油揚げ ねぎ 麦みそ 煮干し	とうふドーナツ 牛乳・いりこ

スケジュール

- 8日(火) 親子遠足 (みかんがっ)
- 15日(水) 平和祈念集会

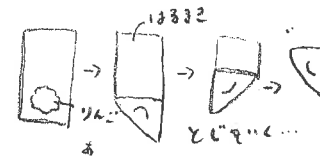


給食レシピ

アップルパイ

- 材料 (子ども1人分)
- 春巻きの皮 1枚
  - りんご 50g
  - 砂糖 3g
  - 水溶き小麦粉 適量
- (皮を留める用)

- 作り方
- ① りんごは皮をむいて  
いちじくのようにし、  
鍋に入れ、砂糖を  
加えて弱火で煮て冷ます
  - ② 春巻きの皮を三等分にし  
①のりんごを乗せて  
三角折りに巻き、水溶き  
小麦粉をぬり、閉じる



揚げてできあがり!

はるまきの皮を  
つかって  
揚げアップルパイ  
にしてみました。  
さくっと  
おいしくできあがり!  
子どもたちに  
大女子指導でした!