



令和4年度 11月給食よていこんだて(豊中みどり幼稚園 1号)



日付	こんだて名			おやつ	ちからがでる たべもの きいろ	おおきくなる たべもの あか	げんきになる たべもの みどり	その他
	主食	主菜	副菜・汁物・デザート					
1日 火曜日	菜飯	さばの生姜煮	春雨のマヨサラダ もやしとにらの中華炒め 豚汁、白桃缶	いちご蒸しパン (いちごジャム、ホットケーキの素、 豆乳)	米、砂糖、春雨、 油	さば、豚肉、味噌	生姜、胡瓜、人参、もやし、にら、きくらげ、ごぼう、大根、白桃缶	菜めし、醤油、酒、みりん、塩、こしょう、エッグケア、中華あじ、だし
3日 木曜日	文化の日							
4日 金曜日	振り替え休日							
7日 月曜日	お弁当日			ベジたべる ぼたぼた焼き				
8日 火曜日	ゆかりご飯	鶏の治部煮風	のり塩粉ふさいも れんこんサラダ 麩とあげのみそ汁、みかん缶	焼きそば(おやつ) (焼きそば、豚ミンチ肉、 キャベツ、人参、油、焼きそばソース)	米、片栗粉、砂糖、 じゃが芋、切麩	鶏肉、青のり粉、油揚げ、味噌	大根、人参、絹さや、れんこん、コーン、みかん缶	ゆかり粉、だし、醤油、酒、塩、エッグケア
9日 水曜日	お弁当日			源氏パイ ぱりんこ				
10日 木曜日	ロールパン	ブラウンシチュー	マカロニソテー ブロッコリーとツナのサラダ オレンジ、牛乳	塩昆布おにぎり (米、塩昆布)	バターロール、ハヤシ ルウ、油、マカロニ	豚肉、ツナ、牛乳	人参、玉ねぎ、わかゆ、 リンピース、ミックスベジ タブル、ブロッコリー、 コーン、オレンジ	塩、こしょう、 コンソメ、和風 ドレッシング
11日 金曜日	炊き込み ご飯	ぶりのみそ煮	豚肉ともやしのねぎ塩炒め さつま芋のごま和え 豆腐と小松菜のすまし汁、バナナ	つぶつぶみかんゼリー (オレンジゼリーの素、水、 みかん缶)	米、砂糖、ごま 油、さつま芋、 ごま	鶏ミンチ肉、ぶり、味噌、豚肉、豆腐	人参、椎茸、絹さや、 生姜、もやし、ねぎ、 にんにく、小松菜、バナナ	醤油、酒、みりん、塩、こしょう、中華あじ、だし
14日 月曜日	チャーハン おたんじょう会			お麩ラスク(砂糖) (切麩、油、砂糖)	米、油、ごま 油、春巻き、ブ ドウゼリーの素	豚ミンチ肉、ツナ	ねぎ、人参、玉ねぎ、 コーン、大 根、チンゲン菜	醤油、塩、こしょう、 しょう、ポン 酢、中華味
15日 火曜日	ちらし寿司	白身魚の カレーニエル	白身天ぷら 白菜とさつま揚げのごま和え 花麩とわかめのすまし汁、パン缶	りんごのケーキ (りんご、ホットケーキの素、 砂糖、油、豆乳)	米、油、砂糖、 ごま、花麩	刻みのり、白身魚天ぷら、 さつま揚げ、わかめ	絹さや、コーン、白 菜、人参、パイン缶	ちらし寿司の 素、醤油、塩、 だし
16日 水曜日	お弁当日			星たべよ きなこ餅				
17日 木曜日	わかめご飯	豚肉の生姜焼き	ひじき煮 もやしナムル けんちん汁、オレンジ	マカロニきな粉 (マカロニ、きな粉、 砂糖)	米、油、砂糖、 ごま、ごま油	豚肉、ひじき、 油揚げ、豆腐	玉ねぎ、生姜、人参、 グリーンピース、もやし、 胡瓜、大根、ごぼう、 オレンジ	炊き込みわかめ、 醤油、酒、みりん、 だし、中華あじ、塩、 こしょう
18日 金曜日	菜飯	白身魚の カレーニエル	ポテトサラダ 切干大根の煮物、りんご キャベツとウインナーのスープ	豆腐ドーナツ (絹ごし豆腐、ホットケーキの素、 砂糖、油、きな粉、砂糖)	米、砂糖、小麦 粉、油、じゃが 芋	ホキ、油揚げ、 ウインナー	ミックスベジタブル、 切干大根、人参、グ リーンピース、キャベツ、 りんご	菜めし、醤油、酒、 カレー粉、塩、こしょう、 エッグケア、酒、 コンソメ
21日 月曜日	カレーライス			ごまクッキー (ホットケーキの素、すりごま、 油、砂糖、ごま)	じゃが芋、油、 米	豚肉、ハムス テーキ、ツナ	人参、玉ねぎ、キャベ ツ、コーン、ぶどう ジュース	カレーラウ、エッグケ ア、塩、こしょう
22日 火曜日	ゆかりご飯	鶏の唐揚げ	キャベツと揚げの煮びたし もやしと胡瓜の塩昆布和え じゃが芋とねぎのみそ汁、みかん缶	白桃ゼリー (ゼリーの素、白桃缶、 水)	米、片栗粉、 油、じゃが芋	鶏肉、油揚げ、 かつお節、塩昆 布、味噌	生姜、キャベツ、人 参、もやし、胡瓜、ね ぎ、みかん缶	ゆかり粉、醤油、 酒、だし、 みりん
23日 水曜日	勤労感謝の日							
24日 木曜日	わかめご飯	焼き肉炒め	高野豆腐とひき肉の旨煮 春雨のサラダ、ストロベリーゼリー チンゲン菜とコーンのスープ	白玉きな粉 (白玉団子、きな粉、 砂糖)	米、油、砂糖、ごま 油、片栗粉、春雨、ス トロベリーゼリーの素	豚肉、高野豆 腐、豚ミンチ肉	キャベツ、人参、ピーマ ン、玉ねぎ、生姜、にんに く、グリーンピース、胡瓜、 コーン、きくらげ、チンゲ ン菜	炊き込みわかめ、 醤油、酒、みりん、 だし、酢、中華あじ
25日 金曜日	菜飯	さばの竜田揚げ	かぼちゃのそぼろ煮 ブロッコリーと大豆のサラダ 白菜とわかめのすまし汁、黄桃缶	ふかし芋 (さつま芋)	米、片栗粉、 油、砂糖	さば、鶏ミンチ 肉、水煮大豆、 わかめ	生姜、かぼちゃ、ブ ロッコリー、人参、白 菜、黄桃缶	菜めし、醤油、酒、 みりん、塩、だし、和風 ドレッシング
28日 月曜日	焼きそば			ひじきおにぎり (米、ひじき、油揚げ、人参、 砂糖、醤油、だし)	焼きそば、油、 ミニ野菜コロク ケ	豚肉、青のり 粉、海藻サラダ	キャベツ、人参、ピー マン、大根、白菜、 コーン、みかん缶	焼きそばソース、青シ ソドレッシング、コン ソメ、塩
29日 火曜日	ゆかりご飯	さわらの みそマヨ焼き	ウインナーとキャベツのソテー ブロッコリーのおかか和え 豆腐とわかめのすまし汁、バナナ	スイートポテト (さつま芋、砂糖、豆乳)	米、砂糖、油	さわら、味噌、ウイ ナー、かつお節、豆 腐、わかめ	キャベツ、コーン、ブ ロッコリー、人参、バ ナナ	ゆかり粉、みりん、 エッグケア、塩、こ しょう、コンソメ、 醤油、だし
30日 水曜日	鶏のねぎ塩丼			黒糖蒸しパン (ホットケーキの素、黒砂糖、 豆乳)	ごま油、米、さ つま芋、砂糖	鶏肉、油揚げ、 味噌	玉ねぎ、ねぎ、にんに く、生姜、小松菜、切 干大根、人参、えの き、オレンジ	塩、こしょう、 醤油、みりん、 だし

※材料の都合により献立を変更する場合があります。



令和4年度 11月給食よていこんだて(豊中みどり幼稚園 2号)



日付	こんだて名			おやつ	ちからがでる たべもの さいろ	おおきくなる たべもの あか	げんきになる たべもの みどり	その他	
	主食	主菜	副菜・汁物・デザート						
1日 火曜日	菜飯	さばの生姜煮	春雨のマヨサラダ もやしとにらの中華炒め 豚汁、白桃缶	いちご蒸しパン (いちごジャム、ホットケーキの素、 豆乳)	米、砂糖、春雨、 油	さば、豚肉、味噌	生姜、胡瓜、人参、もやし、にら、きくらげ、ごぼう、大根、白桃缶	菜めし、醤油、酒、みりん、塩、こしょう、エッグケア、中華あじ、だし	
2日 水曜日	お弁当日			星たべよ きなこ餅					
3日 木曜日	文化の日								
4日 金曜日	お弁当日			野菜クラッカー サッポロポテト					
5日 土曜日	コーンピラフ		ブロッコリーとしらすのサラダ みかん缶	ベジタベる (ベジタベる) 牛乳	米、油	ウインナー、しらす	コーン、人参、玉ねぎ、グリーンピース、ブロッコリー、みかん缶	コンソメ、塩、こしょう、青シソドレッシング	
7日 月曜日	お弁当日			ベジタベる ばたばた焼き					
8日 火曜日	ゆかりご飯	鶏の治部煮風	のり塩粉ふきいも れんこんサラダ 麩とあげのみそ汁、みかん缶	焼きそば(おやつ) (焼きそば、豚ミンチ肉、 キャベツ、人参、油、焼きそばソース)	米、片栗粉、砂糖、 糖、じゃが芋、 切麩	鶏肉、青のり粉、 油揚げ、味噌	大根、人参、絹さや、 れんこん、コーン、 みかん缶	ゆかり粉、だし、醤油、 酒、塩、エッグケア	
9日 水曜日	お弁当日			源氏パイ ぱりんこ					
10日 木曜日	ロールパン	ブラウンシチュー	マカロニソテー ブロッコリーとツナのサラダ オレンジ、牛乳	塩昆布おにぎり (米、塩昆布)	バターロール、ハヤシ ルウ、油、マカロニ	豚肉、ツナ、牛乳	人参、玉ねぎ、グリーンピース、 ミックスベジタブル、 ブロッコリー、 コーン、オレンジ	塩、こしょう、 コンソメ、和風 ドレッシング	
11日 金曜日	炊き込み ご飯	ぶりのみそ煮	豚肉ともやしのねぎ塩炒め さつま芋のごま和え 豆腐と小松菜のすまし汁、バナナ	つぶつぶみかんゼリー (オレンジゼリーの素、水、 みかん缶)	米、砂糖、ごま油、 さつま芋、 ごま	鶏ミンチ肉、ぶり、 味噌、豚肉、豆腐	人参、椎茸、絹さや、 生姜、もやし、ねぎ、 にんにく、小松菜、 バナナ	醤油、酒、みりん、 塩、こしょう、中華あじ、 だし	
12日 土曜日	豆腐のそぼろ丼			もやしとにらの中華炒め パイン缶	きなこ餅 星たべよ 牛乳	豆腐、鶏ミンチ肉	玉ねぎ、ねぎ、もやし、 にら、きくらげ、 パイン缶	酒、醤油、中華味、 塩、こしょう	
14日 月曜日	チャーハン おたんじょう会		春巻き、ブドウゼリー 大根とツナのポン酢和え チンゲン菜とねぎのスープ	お昼ラスク(砂糖) (切麩、油、砂糖)	米、油、ごま油、 春巻き、 ブドウゼリーの素	豚ミンチ肉、ツナ	ねぎ、人参、玉ねぎ、 コーン、大根、 チンゲン菜	醤油、塩、こしょう、 ポン酢、中華味	
15日 火曜日	ちらし寿司		白身天ぷら 白菜とさつま揚げのごま和え 花麩とわかめのすまし汁、パイン缶	りんごのケーキ (りんご、ホットケーキの素、 砂糖、油、豆乳)	米、油、砂糖、 ごま、花麩	刻みのり、白身魚天ぷら、 さつま揚げ、わかめ	絹さや、コーン、 白菜、人参、パイン缶	ちらし寿司の 素、醤油、塩、 だし	
16日 水曜日	お弁当日			星たべよ きなこ餅					
17日 木曜日	わかめご飯	豚肉の生姜焼き	ひじき煮 もやしナムル けんちん汁、オレンジ	マカロニきな粉 (マカロニ、きな粉、 砂糖)	米、油、砂糖、 ごま、ごま油	豚肉、ひじき、 油揚げ、豆腐	玉ねぎ、生姜、人参、 グリーンピース、もやし、 だし、胡瓜、大根、ごぼう、 オレンジ	炊き込みわかめ、 醤油、酒、みりん、 だし、中華あじ、塩、 こしょう	
18日 金曜日	菜飯	白身魚の カレーニエル	ポテトサラダ 切干大根の煮物、りんご キャベツとウインナーのスープ	豆腐ドーナツ (絹ごし豆腐、ホットケーキの素、 砂糖、油、きな粉、砂糖)	米、砂糖、小麦粉、 油、じゃが芋	ホキ、油揚げ、 ウインナー	ミックスベジタブル、 切干大根、人参、 グリーンピース、 キャベツ、 りんご	菜めし、醤油、酒、 純カレー粉、塩、 こしょう、エッグケア、 酒、コンソメ	
19日 土曜日	焼きそば			もやしの塩昆布和え 白桃缶	サッポロポテト (1オからのサッポロポテト) 牛乳	焼きそば、油	豚肉、青のり粉、 塩昆布	キャベツ、 人参、 ピーマン、 もやし、 白桃缶	ウスターソース
21日 月曜日	カレーライス		ハムステーキ コーンとツナのサラダ ぶどうジュース	ごまクッキー (ホットケーキの素、すりごま、 油、砂糖、ごま)	じゃが芋、油、 米	豚肉、ハムステーキ、 ツナ	人参、玉ねぎ、 キャベツ、 コーン、ぶどう ジュース	カレーラウ、エッグケア、 塩、こしょう	
22日 火曜日	ゆかりご飯	鶏の唐揚げ	キャベツと揚げの煮びたし もやしと胡瓜の塩昆布和え じゃが芋とねぎのみそ汁、みかん缶	白桃ゼリー (ゼリーの素、白桃缶、 水)	米、片栗粉、 油、じゃが芋	鶏肉、油揚げ、 かつお節、塩昆布、 味噌	生姜、キャベツ、 人参、もやし、 胡瓜、ねぎ、 みかん缶	ゆかり粉、 醤油、酒、だし、 みりん	
23日 水曜日	勤労感謝の日								
24日 木曜日	わかめご飯	焼き肉炒め	高野豆腐とひき肉の旨煮 春雨のサラダ、ストロベリーゼリー チンゲン菜とコーンのスープ	白玉きな粉 (白玉団子、きな粉、 砂糖)	米、油、砂糖、ごま油、 片栗粉、春雨、 ストロベリーゼリーの素	豚肉、高野豆腐、 豚ミンチ肉	キャベツ、人参、 ピーマン、 玉ねぎ、 生姜、にんにく、 グリーンピース、 胡瓜、 コーン、きくらげ、 チンゲン菜	炊き込みわかめ、 醤油、みりん、酒、 だし、酢、中華あじ	
25日 金曜日	菜飯	さばの竜田揚げ	かぼちゃのそぼろ煮 ブロッコリーと大豆のサラダ 白菜とわかめのすまし汁、黄桃缶	ふかし芋 (さつま芋)	米、片栗粉、 油、砂糖	さば、鶏ミンチ肉、 水煮大豆、 わかめ	生姜、かぼちゃ、 ブロッコリー、 人参、 白菜、 黄桃缶	菜めし、醤油、酒、 みりん、塩、だし、 和風ドレッシング	
26日 土曜日	ぶたごぼうの炊き込みごはん			もやしと鶏肉のサラダ みかん缶	源氏パイ ぱりんこ 牛乳	豚ミンチ肉、 鶏ムネ肉	ごぼう、 人参、 絹さや、 もやし、 枝豆、 みかん缶	醤油、みりん、 酒、酢	
28日 月曜日	焼きそば			ミニ野菜コロッケ 海藻サラダ 白菜とコーンのスープ、みかん缶	ひじきおにぎり (米、ひじき、油揚げ、 人参、 砂糖、醤油、だし)	豚肉、青のり粉、 海藻サラダ	キャベツ、 人参、 ピーマン、 大根、 白菜、 コーン、 みかん缶	焼きそばソース、 青シソドレッシング、 コンソメ、 塩	
29日 火曜日	ゆかりご飯	さわらの みそマヨ焼き	ウインナーとキャベツのソテー ブロッコリーのおかか和え 豆腐とわかめのすまし汁、バナナ	スイートポテト (さつま芋、砂糖、豆乳)	米、砂糖、油	さわら、味噌、 ウインナー、 かつお節、 豆腐、 わかめ	キャベツ、 コーン、 ブロッコリー、 人参、 バナナ	ゆかり粉、 みりん、 エッグケア、 塩、 こしょう、 コンソメ、 醤油、 だし	
30日 水曜日	鶏のねぎ塩丼			さつま芋の甘煮 小松菜と切干大根の和え物 えのぎと揚げのみそ汁、オレンジ	黒糖蒸しパン (ホットケーキの素、 黒砂糖、 豆乳)	ごま油、米、 さつま芋、 砂糖	鶏肉、油揚げ、 味噌	玉ねぎ、 ねぎ、 にんにく、 生姜、 小松菜、 切干大根、 人参、 えのぎ、 オレンジ	塩、こしょう、 醤油、 みりん、 だし

※材料の都合により献立を変更する場合があります。