



# 令和5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 さいころ	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 水曜日	菜飯	さばの竜田揚げ	キャベツと揚げの煮びたし 春雨のマヨサラダ 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、片栗粉、 油、春雨	さば、油揚げ、 豚肉、味噌	生姜、胡瓜、人参、 キャベツ、大根、ごぼ う、白桃缶	菜めし、醤油、酒、み りん、塩、こしょう、 エッグケア、だし、醬 油
3日 金曜日	文化の日							
6日 月曜日	振り替え休日							
7日 火曜日	ゆかりご飯	鶏の唐揚げ	のり塩ふきいも れんこんサラダ 麩と揚げのみそ汁、みかん缶	マシュマロおこし (マシュマロ、コーンフレーク、 油)	米、片栗粉、 油、じゃが芋、 おつゆ麩	鶏肉、青のり 粉、油揚げ、味 噌	生姜、れんこ ん、コーン、み かん缶	ゆかり粉、醤油、 酒、塩、エッグケ ア、だし
8日 水曜日	お弁当日							
9日 木曜日	わかめご飯	ポークチャップ	マカロニソテー ブロッコリーとツナのサラダ 白菜と大根菜のみそ汁、オレンジ	スイートかぼちゃ (かぼちゃ、砂糖、 油、豆乳)	米、片栗粉、 油、マカロニ	豚肉、ツナ、味 噌	玉ねぎ、ピーマン、ミック スベジタブル、ブロッコ リー、コーン、白菜、大根 菜、オリーブ	炊き込みわかめ、酒、醤油、ケ チャップ、ウスターソース、 塩、こしょう、コンソメ、和風 ドレッシング、だし
10日 金曜日	菜飯	ぶりのみそ煮	コールスローサラダ 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、さつ ま芋、ごま	ぶり、味噌、豆 腐	生姜、キャベツ、 玉ねぎ、人参、小 松菜、バナナ	菜めし、みりん、エッ クケア、塩、こしょう、 う、醤油、だし
13日 月曜日	ゆかりご飯 <small>おたんじょう会</small>	鶏の照焼き	かぼちゃソテー 白菜とツナのサラダ 大根とねぎのみそ汁、ブドウゼリー	じゃがいも餅 (じゃが芋、片栗粉、醤油、 砂糖、みりん)	米、砂糖、油、 ブドウゼリーの 素	鶏肉、ツナ、味 噌	かぼちゃ、白 菜、人参、大 根、ねぎ	ゆかり粉、醤油、みり ん、こしょう、塩、和 風ドレッシング、だし
14日 火曜日	ちらし寿司 <small>七五三メニュー</small>		鶏と根菜の煮物 もやしと胡瓜の塩昆布和え 花麩とわかめのすまし汁、白桃缶	りんごのケーキ (りんご、ホットケーキの素、 砂糖、油、豆乳)	米、砂糖、花麩	刻みのり、鶏 肉、塩昆布、わ かめ	絹さや、コーン、大 根、人参、インゲン、 もやし、胡瓜、白桃缶	ちろし寿司の素、 醤油、だし、みり ん、塩
15日 水曜日	お弁当日							
16日 木曜日	菜飯	豚肉の チンジャオロース 風	さつま芋の甘煮 キャベツの青シソサラダ わかめスープ、みかん缶	お麩ラスク(黒糖) (切麩、油、黒砂糖)	米、ごま油、砂 糖、さつま芋	豚肉、わかめ	パプリカミックス、玉ね ぎ、人参、竹の子、キャベ ツ、コーン、ねぎ、みかん 缶	菜めし、醤油、酒、塩、こ しょう、みりん、舞シソド レッシング、中華あじ
17日 金曜日	わかめご飯	あじの生姜煮	金平れんこん 切干大根ナムル 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、砂糖、こ ま、ごま油	あじ、豆腐	生姜、れんこん、人 参、切干大根、胡瓜、 コーン、大根、ごぼ う、オレンジ	炊き込みわかめ、 醤油、酒、みり ん、酢、だし、塩
20日 月曜日	カレーライス		ハムステーキ 海藻サラダ 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、海藻サ ラダ	人参、玉ねぎ、 大根、ぶどう ジュース	カレールー、青 シソドレッシング
21日 火曜日	菜飯	白身魚のパン粉焼き	切干大根の煮物 白菜と人参のポン酢和え、りんご キャベツとウインナーのスープ	ホットケーキ (ホットケーキの素、豆乳、 メープルシロップ、油)	米、パン粉、 油、砂糖	ホキ、油揚げ、 ウインナー	白菜、人参、コーン、 切干大根、グリーンピー ス、キャベツ、りんご	菜めし、パセリ粉、 塩、こしょう、ポン 酢、醤油、酒、コンソ メ
22日 水曜日	お弁当日							
23日 木曜日	勤労感謝の日							
24日 金曜日	ゆかりご飯	焼き肉炒め	ツナじゃが煮 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	黒糖蒸しパン (ホットケーキの素、黒砂糖、 豆乳)	米、油、砂糖、ごま 油、じゃが芋、春雨、 ストロベリーゼリーの 素	豚肉、ツナ	キャベツ、人参、ピーマ ン、玉ねぎ、生姜、こんに ゃく、絹さや、胡瓜、コー ン、きくらげ、チンゲン菜	ゆかり粉、醤油、みり ん、酒、だし、酢、 塩、中華あじ
27日 月曜日	チャーハン		春巻き ポテトサラダ チンゲン菜ともやしのスープ、オレンジ	白玉きな粉 (白玉団子、きな粉、 砂糖)	米、油、ごま 油、春巻き、 じゃが芋	豚ミンチ肉	ねぎ、人参、玉ねぎ、コー ン、ミックスマスターバル、 チンゲン菜、もやし、レン ジ	醤油、塩、こ しょう、エッグ ケア、中華あじ
28日 火曜日	わかめご飯	豚肉と大根の 炒め煮	ミニ野菜コロッケ キャベツとツナのサラダ ほうれん草と玉ねぎのみそ汁、みかん缶	お麩ラスク(砂糖) (切麩、油、砂糖)	米、油、ミニ野 菜コロッケ	豚肉、ツナ、味 噌	大根、人参、絹さや、キャ ベツ、コーン、ほうれん 草、玉ねぎ、みかん缶	炊き込みわかめ、醬 油、みりん、エッグケ ア、塩、こしょう、だ し
29日 水曜日	肉うどん		さつま芋の金平 小松菜のおかか和え りんご	塩昆布おにぎり (米、塩昆布)	うどん、さつま 芋、ごま油、砂 糖	豚肉、かつお節	玉ねぎ、ねぎ、人 参、小松菜、キャ ベツ、りんご	だし、醤油、み りん、酒、塩
30日 木曜日	菜飯	さわらの みそマヨ焼き	高野豆腐の含め煮 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、砂糖	さわら、味噌、高 野豆腐、水煮大 豆、わかめ	椎茸、人参、ブ ロッコリー、白 菜、黄桃缶	菜めし、みりん、エッ クケア、醤油、だし、 和風ドレッシング、塩

※材料の都合により献立を変更する場合があります。



# 令和5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 さいころ	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 水曜日	菜飯	さばの竜田揚げ	キャベツと揚げの煮びたし 春雨のマヨサラダ 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、片栗粉、 油、春雨	さば、油揚げ、 豚肉、味噌	生姜、胡瓜、人参、 キャベツ、大根、ごぼ う、白桃缶	菜めし、醤油、酒、み りん、塩、こしょう、 エッグケア、だし、醬 油
2日 木曜日	お弁当日			星たべよ きなこ餅				
3日 金曜日	文化の日							
4日 土曜日	コーンピラフ		ジャーマンポテト みかん缶	ベジたべる (ベジたべる) 牛乳	米、油、じゃが 芋	鶏ミンチ肉、ウ ィンナー	コーン、人参、玉ね ぎ、グリーンピース、み かん缶	コンソメ、塩、 こしょう
6日 月曜日	お弁当日			サッポロポテト 源氏パイ				
7日 火曜日	ゆかりご飯	鶏の唐揚げ	のり塩粉ふさいも れんこんサラダ 麩と揚げのみそ汁、みかん缶	マシュマロおこし (マシュマロ、コーンフレーク、 油)	米、片栗粉、 油、じゃが芋、 おつゆ麩	鶏肉、青のり 粉、油揚げ、味 噌	生姜、れんこ ん、コーン、み かん缶	ゆかり粉、醤油、 酒、塩、エッグケ ア、だし
8日 水曜日	お弁当日			ぱりんこ ベジたべる				
9日 木曜日	わかめご飯	ポークチャップ	マカロニソテー ブロッコリーとツナのサラダ 白菜と大根菜のみそ汁、オレンジ	スイートかぼちゃ (かぼちゃ、砂糖、 油、豆乳)	米、片栗粉、 油、マカロニ	豚肉、ツナ、味 噌	玉ねぎ、ピーマン、ミック スベジタブル、ブロッコ リー、コーン、白菜、大根 菜、オレンジ	炊き込みわかめ、酒、醤油、ク ャップ、ウスターソース、 塩、こしょう、コンソメ、和風 ドレッシング、だし
10日 金曜日	菜飯	ぶりのみそ煮	コールスローサラダ 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、さつ ま芋、ごま	ぶり、味噌、豆 腐	生姜、キャベツ、 玉ねぎ、人参、小 松菜、バナナ	菜めし、みりん、エッ クケア、塩、こしょ う、醤油、だし
11日 土曜日	そぼろごはん			源氏パイ 星たべよ 牛乳	米、砂糖、油	鶏ミンチ肉	玉ねぎ、ミック スベジタブル、もやし、に ら、きくらげ、黄桃缶	醤油、酒、みり ん、中華あじ、 塩、こしょう
13日 月曜日	ゆかりご飯 <small>おたんじょう会</small>	鶏の照焼き	かぼちゃソテー 白菜とツナのサラダ 大根とねぎのみそ汁、ブドウゼリー	じゃがいも餅 (じゃが芋、片栗粉、醤油、 砂糖、みりん)	米、砂糖、油、 ブドウゼリーの 素	鶏肉、ツナ、味 噌	かぼちゃ、白 菜、人参、大 根、ねぎ	ゆかり粉、醤油、みり ん、こしょう、塩、和 風ドレッシング、だし
14日 火曜日	ちらし寿司 <small>七五三メニュー</small>			りんごのケーキ (りんご、ホットケーキの素、 砂糖、油、豆乳)	米、砂糖、花麩	刻みのり、鶏 肉、塩昆布、わ かめ	絹さや、コーン、大 根、人参、インゲン、 もやし、胡瓜、白桃缶	ちらし寿司の素、 醤油、だし、みり ん、塩
15日 水曜日	お弁当日			星たべよ きなこ餅				
16日 木曜日	菜飯	豚肉の チンジャオロース 風	さつま芋の甘煮 キャベツの青シソサラダ わかめスープ、みかん缶	お麩ラスク(黒糖) (切麩、油、黒砂糖)	米、ごま油、砂 糖、さつま芋	豚肉、わかめ	パプリカミックス、玉ね ぎ、人参、竹の子、キャベ ツ、コーン、ねぎ、みかん 缶	菜めし、醤油、酒、塩、こ しょう、みりん、和風ド レッシング、中華あじ
17日 金曜日	わかめご飯	あじの生姜煮	金平れんこん 切干大根ナムル 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、砂糖、ご ま、ごま油	あじ、豆腐	生姜、れんこん、人 参、切干大根、胡瓜、 コーン、大根、ごぼ う、オレンジ	炊き込みわかめ、 醤油、酒、みり ん、酢、だし、塩
18日 土曜日	焼きそば			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
20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、海藻サ ラダ	人参、玉ねぎ、 大根、ぶどう ジュース	カレールーウ、青 シソドレッシング
21日 火曜日	菜飯	白身魚のパン粉焼き	切干大根の煮物 白菜と人参のポン酢和え、りんご キャベツとウィンナーのスープ	ホットケーキ (ホットケーキの素、豆乳、 メープルシロップ、油)	米、パン粉、 油、砂糖	ホキ、油揚げ、 ウィンナー	白菜、人参、コーン、 切干大根、グリーンピ ース、キャベツ、りんご	菜めし、パセリ粉、 塩、こしょう、ポン 酢、醤油、酒、コンソ メ
22日 水曜日	お弁当日			ぱりんこ ベジたべる				
23日 木曜日	勤労感謝の日							
24日 金曜日	ゆかりご飯	焼き肉炒め	ツナじゃが煮 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	黒糖蒸しパン (ホットケーキの素、黒砂糖、 豆乳)	米、油、砂糖、ごま 油、じゃが芋、春雨、 ストロベリーゼリーの 素	豚肉、ツナ	キャベツ、人参、ピーマ ン、玉ねぎ、生姜、にんに く、鶏さや、胡瓜、コー ン、きくらげ、チンゲン菜	ゆかり粉、醤油、みり ん、酒、だし、酢、 塩、中華あじ
25日 土曜日	ナポリタンスパゲティー			きなこ餅 ぼたぼた焼き 牛乳	スパゲッティ、 油	ウィンナー	玉ねぎ、ピーマン、イ ンゲン、人参、コー ン、みかん缶	コンソメ、塩、ウス ターソース、ケチャ ップ、エッグケア
27日 月曜日	チャーハン			白玉きな粉 (白玉団子、きな粉、 砂糖)	米、油、ごま 油、春巻き、 じゃが芋	豚ミンチ肉	ねぎ、人参、玉ねぎ、コー ン、ミック スベジタブル、 チンゲン菜、もやし、オレンジ	醤油、塩、こ しょう、エッグ ケア、中華あじ
28日 火曜日	わかめご飯	豚肉と大根の 炒め煮	ミニ野菜コロック キャベツとツナのサラダ ほうれん草と玉ねぎのみそ汁、みかん缶	お麩ラスク(砂糖) (切麩、油、砂糖)	米、油、ミニ野 菜コロック	豚肉、ツナ、味 噌	大根、人参、絹さや、キャ ベツ、コーン、ほうれん 草、玉ねぎ、みかん缶	炊き込みわかめ、醬 油、みりん、エッグケ ア、塩、こしょう、だ し
29日 水曜日	肉うどん			塩昆布おにぎり (米、塩昆布)	うどん、さつま 芋、ごま油、砂 糖	豚肉、かつお節	玉ねぎ、ねぎ、人 参、小松菜、キャ ベツ、りんご	だし、醤油、み りん、酒、塩
30日 木曜日	菜飯	さわらの みそマヨ焼き	高野豆腐の含め煮 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、砂糖	さわら、味噌、高 野豆腐、水煮大 豆、わかめ	椎茸、人参、プ ロッコロ、白 菜、黄桃缶	菜めし、みりん、エッ クケア、醤油、だし、 和風ドレッシング、塩

※材料の都合により献立を変更する場合があります。