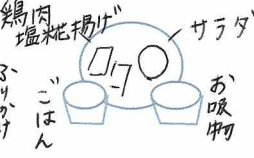
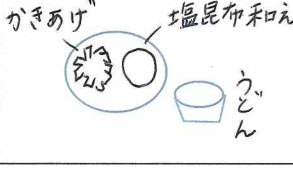
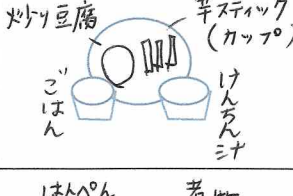
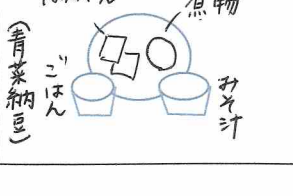
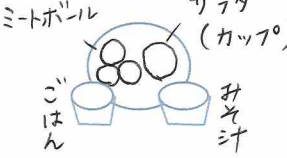


給食ニュース 2025年11月号 認定こども園ぶどうの木竜ヶ崎幼稚園

間食	昼食献立	材料	このように配膳します
1日(土)	土曜保育 お弁当になります		
午前:牛乳			
午後:スティックパン			
4日(火)	ごはん ごまふりかけ	米 ごま、かつおぶし粉、青のり、醤油	
おかかおにぎり	鶏肉の塩糺揚げ 野菜と糸寒天のサラダ	鶏肉、塩糺、小麦粉、片栗粉、油 キャベツ、人参、キュウリ、糸寒天、 ツナ、すりごま、醤油、かつおぶし	
	お吸い物	玉ねぎ、わかめ、豆腐、醤油、みりん、 ふ、かつおぶし	
5日(水)	お弁当の日 給食希望の方の献立		給食室でお弁当箱に詰めます
鮭わかめおにぎり	ごはん 鶏肉と野菜の煮物	米 鶏肉、大根、人参、厚揚げ、小松菜 醤油、砂糖、みりん、酒	
	ポテトコーン	じゃが芋、人参、クリームコーン、青 のり、塩	
	みそ汁	味噌、玉ねぎ、小松菜、油揚げ、か つおぶし	
6日(木)	ごはん 白身魚のから揚げ	米 赤魚、片栗粉、小麦粉、油、醤油、 みりん、砂糖	
豆蒸しパン	根菜サラダ	キャベツ、人参、蓮根、ごぼう、ツ ナ、マヨネーズ、醤油、すりごま	
	みそ汁	味噌、大根、人参、厚揚げ、かつお ぶし	
7日(金)	ごはん すき焼き風煮	米 豚肉、豆腐、玉ねぎ、人参、しらた き、えのき茸、ふ、醤油、砂糖、酒	
ゆかりおにぎり	スパゲティサラダ	スパゲティ、キャベツ、人参、キュウ リ、ツナ、醤油、すりごま	
	かき玉汁	玉ねぎ、人参、卵、醤油、みりんか つおぶし、片栗粉	
8日(土)	土曜保育 お弁当になります		
午前:牛乳			
午後:バナナ			
10日(月)	ごはん 麻婆豆腐	米 豚ひき肉、豆腐、人参、ネギ、生 姜、にんにく、甜麺醤、醤油、酒、 中華あじ、ごま油、片栗粉	
ポテトフライ	もやしと青菜のごま和え	もやし、人参、小松菜、すりごま、 醤油、砂糖	
	中華野菜スープ	白菜、人参、クリームコーン、中華 あじ、塩	
11日(火)	ごはん 煮魚	米 カレイ、生姜、醤油、みりん、酒、砂 糖	
塩昆布おにぎり	切干大根のサラダ	切干大根、人参、キュウリ、ツナ、マ ヨネーズ、塩	
	お吸い物	玉ねぎ、わかめ、豆腐、はんぺん、 醤油、みりん、かつおぶし	
12日(水)	お弁当の日 給食希望の方の献立		給食室でお弁当箱に詰めます
芋蒸しパン	ごはん 炒り鶏	米 鶏肉、人参、ごぼう、しいたけ、こん にやく、醤油、砂糖、酒、みりん	
	マロニーサラダ	マロニー、キャベツ、人参、キュウ リ、ハム、マヨネーズ、塩	
	みそ汁	味噌、玉ねぎ、わかめ、豆腐、かつ おぶし	

間食	昼食献立	材料	このように配膳します		
14日(金)	ごはん 肉豆腐	米 豚肉、豆腐、玉ねぎ、人参、醤油、酒、みりん、砂糖			
あんこサンド	春雨サラダ	春雨、キャベツ、人参、キュウリ、ハム、マヨネーズ、塩			
	豆乳みそ汁	味噌、大根、人参、さつま芋、厚揚げ、かつおぶし、豆乳			
15日(土)	土曜保育 お弁当になります				
午前:牛乳					
午後:ロールパン					
17日(月)	ごはん 肉じゃが	米 豚肉、じゃが芋、玉ねぎ、人参、しらたき、醤油、みりん、砂糖			
さつま芋おにぎり	おからの炒り煮	おから、人参、しめじ、ネギ、糸こんにやく、小松菜、薄口醤油、砂糖、みりん、酒、かつおぶし			
	みそ汁	味噌、玉ねぎ、わかめ、豆腐、かつおぶし			
18日(火)	うどん かき揚げ	うどん、醤油、みりん、かつおぶし 玉ねぎ、人参、ちくわ、小松菜、さつま芋、小麦粉、卵、油			
わかめおにぎり	野菜の塩昆布和え	キャベツ、人参、キュウリ、塩昆布			
19日(水)	収穫感謝クッキング なんでもカレー				
鮭おにぎり					
20日(木)	ごはん 炒り豆腐	米 鶏ひき肉、豆腐、玉ねぎ、人参、干しいたけ、醤油、酒、砂糖、みりん さつま芋、油、すりごま、塩			
ジャムサンド	さつま芋スティック	鶏肉、大根、人参、ごぼう、里芋、こんにやく、ネギ、厚揚げ、醤油、みりん、かつおぶし			
	けんちん汁				
21日(金)	ごはん 青菜の納豆和え	米 ひきわり納豆、小松菜、醤油糲、かつおぶし、みりん はんぺん、油 大根、人参、油揚げ、醤油、砂糖、みりん、かつおぶし			
そばろおにぎり	はんぺんソテー 大根と油揚げの煮物	味噌、キャベツ、人参、ふ、かつおぶし			
	みそ汁				
22日(土)	土曜保育 お弁当になります				
午前:牛乳					
午後:ロールパン					
25日(火)	あんかけ焼きそば	焼きそば麺、豚肉、白菜、人参、もやし、玉ねぎ、しめじ、小松菜、醤油、酒、みりん、塩、中華あじ、片栗粉、ごま油			
おかかおにぎり	フルーツ	みかん			
	塩糲スープ	キャベツ、人参、玉ねぎ、塩糲			

間食	昼食献立	材料	このように配膳します
26日(水)	午前保育 お弁当の日 給食希望の方の献立		給食室でお弁当箱に詰めます
焼きそば	ごはん 鯖の味噌煮 野菜のおかか和え みそ汁	米 鯖、生姜、味噌、醤油、酒、砂糖、 みりん キャベツ、人参、キュウリ、醤油、か つおぶし 味噌、大根、人参、小松菜、かつお ぶし	
27日(木)	ごはん ミートボール煮込み	米 豚ひき肉、玉ねぎ、パン粉、しいた け、小松菜、醤油、みりん、砂糖、 片栗粉	
チキンライスおにぎり	マカロニとブロッコリーの サラダ みそ汁	マカロニ、人参、ハム、ブロッ コリー、マヨネーズ、塩 味噌、白菜、人参、ふ、かつおぶし	
28日(金)	ロールパン フランスパン ウインナーソテー	ロールパン フランスパン ウインナー、油	
塩昆布おにぎり	フルーツ クリームシチュー	バナナ 鶏肉、人参、玉ねぎ、じゃが芋、し めじ、小麦粉、バター、牛乳、コンソ メ、塩	
29日(土)	土曜保育 お弁当になります		
午前:牛乳			
午後:スティックパン			

手作りごまふりかけ 4日の献立より

材料	作り方
・いりごま……………大5	①火をつける前のフライパンにいりごまを入れて醤油を加えて混ぜ、全体に醤油をいきわたせる
・かつおぶし粉…………大1 (かつおぶしでもOK)	②弱火に点火し、全体がさらさらになるまで炒る
・青のり……………小1	③さらさらになったら火を止めてかつおぶし粉(かつおぶし)と青のりを混ぜて出来上がり
・醤油……………小2	