



Menu 2021.11.16-30 Ayame nursery school

日	曜	副 食	食 材	お や つ	
				10時(未満児)	3時(共通)
16	火	たんじょうかい きのこごはん ちくわのアーモンド揚げ カラフルピーマンのじゃこ炒め	鮭のごまみそ焼き ミニゼリー かき かき卵スープ	 牛乳 白い風船	牛乳 やきいも
17	水	白身魚のピカタ 大根のごま酢和え オレンジ キャベツのみそ汁	白身魚、卵、小麦粉、バセリ、だいこん、にんじん、ぎゅうり、ごま、三温糖、酢、食塩、ネーブル、ぎゃべつ、たまねぎ、しめじ、わかめ、麦みそ、煮干し、ほうれんそう	牛乳 キウイ	スキムミルク ピーマンとチーズの スコーン
18	木	春巻き キャロットサラダ 枝豆 ワカメのみそ汁	春巻きの皮、豚肉、むぎえび、たけのこ、干しいたけ、はるさめ、ぎゃべつ、にんじん、三温糖、しょうゆ、ごま油、サラダ油、にんじん、ぎゅうり、ツナ缶、ごま、マヨネーズ、えだまめ(冷凍)、わかめ、しいたけ、かぼちゃ、たまねぎ、麦みそ、煮干し、こねぎ	牛乳 ビスケット	牛乳 にんじん棒
19	金	食 育 の 日 ※おかず入りのおべんとうをおねがいます		牛乳 バナナ	牛乳 ミニドーナツ
20	土	麻婆豆腐 中華風サラダ バナナ ワカメスープ	豚ひき肉、木綿豆腐、しょうが、長ねぎ、たまねぎ、にんじん、ホールコーン缶、しいたけ、しょうゆ、赤みそ、三温糖、鳥がらだし、ごま油、片栗粉、はるさめ、ぎゅうり、わかめ、にんじん、ロースハム、QP和風しょうゆごまドレッシング、バナナ、卵、たまねぎ、こまつな、いりごま、中華スープ	牛乳 カルシウムせんべい	牛乳 たまごサンド
22	月	オムレツ ほうれん草とじゃこのおひたし ミニトマト 人参のポタージュ	ベーコン、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、ピーマン、卵、牛乳、トマトケチャップ、ほうれんそう、ぎゅうり、ちりめんじゃこ、にんじん、三温糖、しょうゆ、ミニトマト、にんじん、かぼちゃ、たまねぎ、じゃがいも、バター、豆乳、コンソメ、バセリ	牛乳 バターロール	スキムミルク 大学芋
24	水	白身魚の照り焼き ほうれん草とベーコンの卵炒め みかん えのきのみそ汁	白身魚、三温糖、しょうゆ、みりん風調味料、料理酒、ほうれんそう、ぎゃべつ、たまねぎ、ベーコン、にんじん、赤ピーマン、卵、バター、塩こしょう、みかん、えのぎたけ、わかめ、たまねぎ、さつまいも、麦みそ、煮干し、こねぎ	牛乳 かっぱえびせん	牛乳 ゴマゴマクッキー
25	木	パンの日 ※すみれ・たんぽぽ組のおともだちは、おべんとうはいりません		牛乳 ハイハイン	牛乳 おにぎり
26	金	白身魚の竜田揚げ じゃがいもとベーコンの炒め煮 リンゴ 豆腐ポイスープ	白身魚、しょうが、料理酒、うすくちしょうゆ、片栗粉、サラダ油、じゃがいも、ベーコン、にんじん、しめじ、しょうゆ、三温糖、こねぎ、りんご、木綿豆腐、はるさめ、ほうれんそう、えのぎたけ、中華スープ	牛乳 オレンジ	牛乳 豆乳もち
27	土	鶏肉の甘辛煮 キャベツのサラダ 枝豆 さつまいのみそ汁	鶏肉、片栗粉、料理酒、しょうゆ、三温糖、しょうが、ぎゃべつ、ツナ缶、ぎゅうり、にんじん、マヨネーズ、えだまめ(冷凍)、さつまいも、たまねぎ、しいたけ、わかめ、麦みそ、煮干し、こまつな	牛乳 キウイ	牛乳 黒ごまのヨーグルト ケーキ
29	月	南瓜のコロッケ キュウリの酢の物 ミニトマト しいたけのみそ汁	かぼちゃ、じゃがいも、たまねぎ、合挽肉、小麦粉、卵、パン粉、サラダ油、ぎゅうり、焼き竹輪、わかめ、にんじん、はるさめ、三温糖、酢、ミニトマト、しいたけ、えのぎたけ、たまねぎ、麦みそ、煮干し、こまつな	牛乳 バームロール	スキムミルク チーズスカロップ
30	火	鮭のゴマフライ ほうれん草の白和え みかん すまし汁	鮭、小麦粉、パン粉、卵、ごま、サラダ油、じゃがいも、ほうれんそう、にんじん、木綿豆腐、米みそ、三温糖、うすくちしょうゆ、みかん、手まり麩、たまねぎ、えのぎたけ、わかめ、かつお節、煮干し、こまつな	牛乳 バナナ	牛乳 ツナマヨトースト

