

めぐみ幼稚園献立表 2016年度11月

日付	献立	材料	日付	献立	材料
1日(火)	ごはん ◎とりにくと ぶろっこりーのいたためもの はくさいのつけもの おすいもの おちゃ 冬が旬のブロッコリーには、ビタミンが豊富です。	ごはん にんじん きゃべつ ぶろっこりー ひじき とりにく はくさい にんじん もやし わかめ げんまいちゃ	16日(水)	ごはん とうふすてーき かぶのおかかあえ みそしる おちゃ 豆腐ステーキには3種類のきのこを入れました。	ごはん やきどうふ たまねぎ ぶなしめじ しいたけ えのき かぶ かぶな かつおぶし だいこん わかめ ほうじちゃ
2日(水)	ごはん ひじきとにんじんの たまごやき ぶどう豆 みそしる おちゃ ひじきと人参のたまごやきはふわふわに仕上げました。	ごはん とうふ たまねぎ にんじん ひじき たまご だいす きゃべつ あぶらあげ ほうじちゃ	17日(木)	おぼろみそめん きゃべつのにびたし かぼちゃさらだ おちゃ 名古屋の小学校で人気のメニューをめぐみ風にアレンジしました。	ちゅうかめん おから たまねぎ にんじん ねぎ とりにく ぶたにく あぶらあげ きゃべつ かぼちゃ たまねぎ かいわれ まよねーず げんまいちゃ
4日(金)	ごはん とりのてりやき じゃことわかめのすのもの おすいもの おちゃ 鶏肉にみんなが大好きな甘辛い照り焼きソースをかけました。	ごはん とりにく にんじん わかめ しらす だいこん にんじん げんまいちゃ	18日(金)	ごはん わかさぎのれもん ぶろっこりーとじゃがいも ものさらだ おすいもの おちゃ カルシウムがたっぷりのわかさぎを唐揚げにしました。	ごはん わかさぎ れもん じゃがいも ぶろっこりー にんじん えのき もやし ほうじちゃ
7日(月)	ごはん みそにこみおでん もやしのうめごまあえ おすいもの おちゃ 味噌煮込みおでんは見た目の色よりも口当たりの良い甘い味付けです。	ごはん こんにゃく あつあげ だいこん もやし にんじん ねりうめ たまねぎ にんじん げんまいちゃ	21日(月)	ごはん にくじゃが もやしのゆかりあえ みそしる おちゃ 豚肉とホクホクのじゃがいもを優しい味付けで煮込みました。	ごはん じゃがいも しらたき たまねぎ にんじん ぶたにく もやし きゃべつ しめじ げんまいちゃ
8日(火)	ごはん ちやぶちえ ◎こぶきいも おれんじ ちゅうかすーぶ おちゃ 11月のお誕生日会はチャプチェでお祝いです。	ごはん しらたき たまねぎ にんじん いら ぶたにく じゃがいも おれんじ ちんげんさい えのき ほうじちゃ	22日(火)	ごはん とりにくとごぼうのうまに あおなのなめだけあえ おすいもの おちゃ ごぼうには食物繊維がたっぷり入っているのでおなかの調子を整えます。	ごはん しらたき ごぼう にんじん しいたけ とりにく もやし えのき あおな ねぎ とうふ ほうじちゃ
9日(水)	◎たこらいす ◎だいこん ごまどれっしんぐさらだ ◎かぼちゃすーぶ おちゃ タコライスはメキシコの郷土料理です。	ごはん だいす たまねぎ とまと きゃべつ ぶたにく だいこん にんじん たまねぎ	24日(木)	ごまばん ほとん ふれんちさらだ ぎゅうにゅう ポトフはフランスの家庭料理で「火にかけた鍋」といった意味になりますよ。	こむぎこぎゅうにゅう ばたー たまご ごま じゃがいも にんじん たまねぎ とりにく きゃべつ にんじん たまねぎ ぎゅうにゅう
10日(木)	◎とりにくのいそべあげ はくさいさらだ みそしる おちゃ 鶏肉の磯辺揚げは青のりの風味が食欲をそそります。	こむぎこ あおのり とりにく たまご はくさい にんじん かいわれ しめじ もやし げんまいちゃ	25日(金)	ごはん さばのしおやき かぼちゃのもの みそしる おちゃ さばの塩焼きは1つ1つ丁寧に焼き上げました。	ごはん さば わかめ かぼちゃ たまねぎ にんじん げんまいちゃ
11日(金)	わかめうどん さつまいもとりんごのあまに びーんずさらだ おちゃ みんなが大好きなわかめや厚揚げをうどんに入れました。	あつあげ にんじん ねぎ わかめ うどん さつまいも りんご いんげんまめ きんときまめ だいす きゃべつ ほうじちゃ	28日(月)	ごはん とりのさいきょうやき しらあえ おすいもの おちゃ 西京焼きの味噌は白味噌をつかい甘く上品に仕上げてあります。	ごはん とりにく いとこんにゃく ほうれんそう とうふ にんじん しいたけ えのき もやし ほうじちゃ
14日(月)	ごはん ◎ぶたにくと だいこんのいたために きんときまめのあまに おすいもの おちゃ 豚肉のうまみが口いっぱい広がります。ご飯が進みますよ。	ごはん こんにゃく だいこん ぶたにく きんときまめ ふ ねぎ げんまいちゃ	29日(火)	しちぶつき げんまいごはん こうやどうふのもの かみなりこんにゃく みそしる おちゃ 高野豆腐は丁寧に下処理をして優しい味付けで煮ました。	しちぶつきげんまいごはん こうやどうふ にんじん しいたけ こんにゃく かつおぶし じゃがいも ねぎ げんまいちゃ
15日(火)	はいがばん むしどり りんごそーす むしきゃべつ ◎とまとすーぶ おちゃ パン給食の日です☆蒸し鶏とキャベツを一緒にいただきます。	こむぎこ はいが きゅうにゅう ばたー たまご とりにく りんご きゃべつ だいす たまねぎ きゃべつ とまと べにふうきこうちゃ	30日(木)	ごはん とりのまつかぜやき きゃべつとじゃこのあえもの おすいもの おちゃ 鶏の松風焼きの上には栄養たっぷりの胡麻がのっています。	ごはん とうふ ごぼう にんじん とりにく たまご きゃべつ しらす ふ はくさい ほうじちゃ

※パン粉には小麦・大豆が含まれています。
◎には香辛料が含まれています。

ご意見・ご質問等ございましたら、
下記までご連絡ください！
☆ kyusyoku@megumi.cc



2016年11月アレルギー食材使用表

表示 日付	特定原材料			その他				
	小麦粉	乳製品	卵	ながいも	豚肉	魚介	くだもの	瓜・菊
02(水)			ひじきと人参の玉子焼き					
04(金)						じゃこわかめの酢の物		
08(火)					チャプチェ		オレンジ	
09(水)					タコライス			
10(木)	鶏肉の磯辺揚げ		鶏肉の磯辺揚げ					
11(金)	わかめうどん						さつま芋とりんごの甘煮	
14(月)	汁の具(焼き麩)				豚肉と大根の炒め煮			
15(火)	胚芽パン	胚芽パン	胚芽パン				りんごソース	
16(水)						かぶのおかか和え		
17(木)	おぼろみそめん		南瓜サラダ		おぼろみそめん			
18(金)						わかさぎのレモン煮		
21(月)					肉じゃが			
24(木)	ごまパン	ごまパン 牛乳	ごまパン					
25(金)						鯖の塩焼き		
29(火)						かみなり蒟蒻		
30(水)	汁の具(焼き麩)		鶏の松風焼き			キャベツとじゃこの和え物		

※「パン粉」には小麦・大豆が含まれているものを使用しています。
 ※今月はくるみ・落花生を含む食品は提供いたしません。

★小麦除去の補足

10日(木) : 小麦粉抜ききの鶏肉の磯辺揚げを提供いたします。
 11日(金) : うどんの代替品をご持参ください。
 14日(月) : 麩抜きのお吸い物を提供いたします。
 15日(火) : 胚芽パンの代替品をご持参ください。
 17日(木) : 中華麺の代替品をご持参ください。
 24日(木) : ごまパンの代替品をご持参ください。
 30日(水) : 麩抜きのお吸い物を提供いたします。

★魚除去の補足

4日(金) : じゃこ抜ききのわかめの酢の物を提供いたします。
 16日(水) : かつお節抜ききのかぶの和え物を提供いたします。
 18日(金) : 鶏肉のレモン煮を提供いたします。
 25日(金) : 鶏肉のソテーを提供いたします。
 29日(火) : かつお節抜ききのかみなり蒟蒻を提供いたします。
 30日(水) : じゃこ抜ききのキャベツの和え物を提供いたします。

★乳製品除去の補足

15日(火) : 胚芽パンの代替品をご持参ください。
 24日(木) : ごまパンの代替品をご持参ください。
 : お茶を提供いたします。

★くだもの除去の補足

8日(火) : オレンジの代替品をご持参ください。
 11日(金) : さつま芋の甘煮を提供いたします。
 15日(火) : りんごを使わないソースで提供いたします。

★卵除去の補足

2日(水) : 卵抜ききのひじきと人参の炒め物を提供いたします。
 10日(木) : 卵抜ききの鶏肉の磯辺揚げを提供いたします。
 15日(火) : 胚芽パンの代替品をご持参ください。
 17日(木) : マヨネーズ抜ききの南瓜サラダを提供いたします。
 24日(木) : ごまパンの代替品をご持参ください。
 30日(水) : 卵抜ききの鶏の松風焼きを提供いたします。

★豚肉除去の補足

8日(火) : 鶏肉のチャプチェを提供いたします。
 9日(水) : 鶏肉のタコライスを提供いたします。
 14日(水) : 鶏肉と大根の炒め煮を提供いたします。
 17日(木) : 鶏肉のおぼろみそめんを提供いたします。
 21日(月) : 鶏肉の肉じゃがを提供いたします。

