

# めぐみ幼稚園献立表 2017年度11月

日付	献立	材料	日付	献立	材料	
1日 (水)	ごはん	ごはん	16日 (木)	きつねうどん	うどん あぶらあげ たまねぎ にんじん ねぎ しいたけ	
	ちゃぶちえ	しらたき たまねぎ にんじん たら ぶたにく		あさづけ	きゃべつ にんじん	
	あおのりこぶきいも	じゃがいも あおのり		じゃがいものころろがし	じゃがいも	
	ちゅうかすーぶ	ちんげんさい えのき		おちゃ	ほうじちゃ	
	おちゃ	げんまいちゃ		きつねの大好物は油揚げなので、きつねうどんと言うそうです。		
	韓国料理のチャプチェをめぐみ風にアレンジしました。			17日 (金)	ごはん	ごはん
2日 (木)	ごはん	ごはん	とりにくとぶろっこりーの		にんじん きゃべつ	
	とりじゃが	じゃがいも しらたき たまねぎ にんじん とりにく	いためもの		ぶろっこりー ひじき とりにく	
	きゃべつのにびたし	あぶらあげ きゃべつ	だいこんのおかかあえ		だいこん かつおぶし	
	みそしる	だいこん ねぎ	みそしる		もやし しめじ	
	おちゃ	ほうじちゃ	おちゃ		げんまいちゃ	
	とりじゃがは優しい味付けにしておりますよ。			ブロッコリーの数をお数えるときは、「株」と数えますよ★		
6日 (月)	ごはん	ごはん	20日 (月)	ごはん	ごはん	
	ごもどうふ	どうふ きゃべつ にんじん しいたけ とりにく		とりのまつかぜやき	とうふ ごぼう にんじん とりにく たまご	
	あおのりなめたけあえ	あおのり もやし えのき		ぶどうまめ	だいず	
	おすいもの	たまねぎ はくさい		みそしる	きゃべつ えのき	
	おちゃ	げんまいちゃ		おちゃ	ほうじちゃ	
	五目豆腐は豆腐とたくさんの野菜で栄養満点☆			鶏の松風焼きは、縁起の良い料理です。		
7日 (火)	ごはん	ごはん	21日 (火)	はいがぱん	こむぎこ はいが ぎゅうにゅう ばたーたまご	
	ぶたにくとだいこんの	こんにゃく だいこん ぶたにく		ほとふ	じゃがいも にんじん たまねぎ とりにく	
	いために			さつまいものあまに	さつまいも	
	きゃべつのごまあえ	きゃべつ にんじん		ふれんちさらだ	きゃべつ にんじん たまねぎ	
	りんご	りんご		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	
	みそしる	あつあげ なめこ		ポトフを食べると、体も心もほかほか温まりますね。		
おちゃ ほうじちゃ 11月の誕生日会は「豚肉と大根の炒め煮」でお祝いです！			22日 (水)	たこらいうす	だいず たまねぎ とまと きゃべつ ぶたにく	
8日 (水)	ごはん	ごはん		もやしのゆかりあえ	もやし	
	とりにくのいそべあげ	こむぎこ あおのり とりにく たまご		かぼちゃすーぶ	かぼちゃ たまねぎ とりにく	
	もやしのうめごまあえ	もやし にんじん ねりうめ		おちゃ	げんまいちゃ	
	おすいもの	とうふ たまねぎ		タコライス沖縄県の料理です。		
	おちゃ	げんまいちゃ		24日 (金)	ちゃんぽんふうらーめん	ちゅうかめん きゃべつ もやし にんじん ねぎ しいたけ ぶたにく
	鶏肉に香り高いあおのりの衣をつけて揚げました。				かぼちゃのいとこに	あずき かぼちゃ
9日 (木)	ごはん	ごはん	かぶのおかかあえ		かぶ かぶな かつおぶし	
	さばのしおやき	さば わかめ	おちゃ		ほうじちゃ	
	きゃべつとにんじんのさらだ	きゃべつ にんじん	ちゃんぽんは、様々なものを混ぜたものという意味ですよ。			
	みそしる	あぶらあげ ねぎ	27日 (月)		ごはん	ごはん
	おちゃ	ほうじちゃ		とりにくのとまとに	だいず たまねぎ とまと とりにく	
	鯖には頭をよくする栄養素が含まれていますよ。			ひじきさらだ	きゃべつ にんじん ひじき	
10日 (金)	ごまぱん	こむぎこ ぎゅうにゅう ばたーたまご こま		わかめすーぶ	ねぎ わかめ	
	むしどり～りんごそーす～	とりにく りんご		おちゃ	げんまいちゃ	
	むしきゃべつ	きゃべつ		鶏肉をトマトで煮込み、酸味を抑えて甘みをひき出しました。		
	むしさつまいも	さつまいも	28日 (火)	ごはん	ごはん	
	やさいすーぶ	たまねぎ にんじん		ようふうたまごやき	とうふ かぼちゃ たまねぎ たまご	
	おちゃ	べにふうきこうちゃ		こーるすーさらだ	きゃべつ にんじん	
塩麴で漬けた蒸し鶏は柔らかくて食べやすいです。				おにおんすーぶ	たまねぎ にんじん	
13日 (月)	ごはん	ごはん		おちゃ	ほうじちゃ	
	みそにこみおでん	こんにゃく あつあげ だいこん		卵はたんぱく質なので、みんなの体を作るもととなる食材です。		
	はくさいのつけもの	はくさい にんじん	29日 (水)	ごはん	ごはん	
	おすいもの	あおのり		とりとときりほし	だいず きりほし だいこん	
	おちゃ	げんまいちゃ		だいこんのもの	にんじん しいたけ とりにく	
	岡崎特産の八丁味噌を使用しためぐみオリジナルおでんです。			ぶろっこりーと	じゃがいも ぶろっこりー にんじん	
14日 (火)	ごはん	ごはん		おすいもの	もやし たまねぎ	
	こうやどうふのたまごとじ	こうやどうふ にんじん しいたけ たまご		おちゃ	げんまいちゃ	
	きゃべつとこんぶのあえもの	きゃべつ にんじん しおこんぶ	切干大根はお日様の光で、栄養がぎゅっと詰まっています。			
	みそしる	あぶらあげ わかめ	30日 (木)	ごはん	ごはん	
	おちゃ	ほうじちゃ		わかさぎのれもんに	わかさぎ	
	高野豆腐がだしを吸って美味しさを増しています♪			にんじんともやしのなむる	にんじん もやし	
15日 (水)	ごはん	ごはん		みそしる	あぶらあげ だいこん	
	とりにくとはくさいの	はくさい だいこん とりにく		おちゃ	ほうじちゃ	
	べっこうに			わかさぎは丸ごと食べられるので、カルシウムがたくさん！		
	わかめさらだ	もやし にんじん わかめ				
	おすいもの	しいたけ ねぎ				
	おちゃ	げんまいちゃ				
べっこう煮とは醤油と砂糖を使って照りを出した煮物のことです。						

※パン粉には小麦・大豆が含まれています。

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



## 2017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
01(水)					チャプチェ		
07(火)					豚肉と大根の炒め煮		りんご
08(水)	鶏肉の磯辺揚げ		鶏肉の磯辺揚げ				
09(木)						鯖の塩焼き	
10(金)	ごまパン	ごまパン	ごまパン				りんご
13(月)	汁の具(焼き麩)						
14(火)			高野豆腐の玉子とじ				
16(木)	きつねうどん						
17(金)						大根のおかか和え	
20(月)			鶏の松風焼き				
21(火)	胚芽パン	胚芽パン 牛乳	胚芽パン				
22(水)					タコライス		
24(金)	チャンボン風ラーメン				チャンボン風ラーメン	かぶのおかか和え	
28(火)			洋風玉子焼き				
30(木)						わかさぎのレモン煮	

※「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

8日(水) : 小麦粉抜き鶏肉の磯辺揚げを提供いたします。  
10日(金) : ごまパンの代替品をご持参ください。  
13日(月) : 麩抜きのお吸い物を提供いたします。  
16日(木) : うどんの代替品をご持参ください。  
21日(火) : 胚芽パンの代替品をご持参ください。  
24日(金) : 中華麺の代替品をご持参ください。

### ★乳製品除去の補足

10日(金) : ごまパンの代替品をご持参ください。  
21日(火) : 胚芽パンの代替品をご持参ください。  
: お茶を提供いたします。

### ★卵除去の補足

8日(水) : 卵抜き鶏肉の磯辺揚げを提供いたします。  
10日(金) : ごまパンの代替品をご持参ください。  
14日(火) : 高野豆腐の煮物を提供いたします。  
20日(月) : 卵抜き鶏肉の松風焼きを提供いたします。  
21日(火) : 胚芽パンの代替品をご持参ください。  
28日(火) : 豆腐の炒め物を提供いたします。

### ★豚肉除去の補足

1日(水) : 鶏肉のチャプチェを提供いたします。  
7日(火) : 鶏肉と大根の炒め煮を提供いたします。  
22日(水) : 鶏肉のタコライスを提供いたします。  
24日(金) : 鶏肉のチャンボン風ラーメンを提供いたします。

### ★魚除去の補足

9日(木) : 鶏肉のソテー～銀あんソース～を提供いたします。  
17日(金) : かつお節抜きの大根の和え物を提供いたします。  
24日(金) : かつお節抜きのかぶの和え物を提供いたします。  
30日(木) : 鶏肉のレモン煮を提供いたします。

### ★くだもの除去の補足

7日(火) : りんごの代替品をご持参ください。  
10日(金) : りんごを使わないソースで提供いたします。

