



11月 給食献立(乳児・幼児食)

今月の平均給与栄養量				
	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩
1~2歳児	512kcal	20.4g	15.9g	1.5g
3~5歳児	550kcal	22.1g	15.3g	1.6g

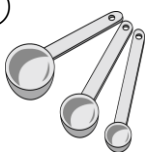
2021年度 ココアンジュ新家

都合により献立を変更する事があります。

日	曜日	朝のおやつ	昼食	3時のおやつ	材 料 名		
					赤:血や肉を作る	緑:体の調子を整える	黄:熱や力の元になる
1 15 29	月	牛乳 サラダせん	ご飯 牛肉のしぐれ煮 白菜の磯和え さつま芋の味噌汁	牛乳 コロコロドーナツ	牛肉・揚げ 味噌 牛乳 豆腐	玉ねぎ・人参 グリーンピース しょうが 白菜・のり・えのき	米・糸こんにやく 上白糖・さつま芋 ホットケーキミックス 植物油・粉糖
2 16	火	牛乳 オレンジ	ご飯 鶏肉の味噌マヨ焼き キャベツのごま和え しめじのすまし汁	牛乳 豆腐と里芋のおやき	鶏肉 味噌 牛乳 豆腐	ほうれん草 キャベツ・人参 しめじ・大根 玉ねぎ・ねぎ・ひじき	米・マヨネーズ 上白糖・ごま 里芋 小麦粉・片栗粉
17	水	牛乳 醤油せんべい	菜飯 塩ラーメン ゆで卵	牛乳 ココアバナナ蒸しパン	豚肉 鶏卵 牛乳	菜めしの素 チンゲン菜・キャベツ もやし・人参・しょうが バナナ	米・中華そば ごま油 ココア ホットケーキミックス
4 18	木	牛乳 野菜クラッカー	ポークカレー インゲンのサラダ みかん缶	牛乳 トマトケーキ	豚肉 ツナ 牛乳 鶏卵	玉ねぎ・人参 インゲン みかん缶 トマト缶	米・里芋 カレールー・なたね油 ごまだれ・小麦粉 有塩バター・上白糖
5 19	金	牛乳 味しらべ	ご飯 鰯の甘酢あんかけ ブロッコリーのナムル 中華スープ	牛乳 ジャムヨーグルト	鰯 牛乳 ヨーグルト	玉ねぎ・人参 ピーマン ブロッコリー チンゲン菜・コーン	米・片栗粉・植物油 上白糖・ごま・ごま油 コーンフレーク いちごジャム
6 20	土	牛乳 たべっこベイビー	高野そぼろ丼 味噌汁	お茶 ぼたぼた焼き ミックスラムネ	鶏ミンチ 高野豆腐 ちくわ 味噌	玉ねぎ 人参 ねぎ わかめ	米・上白糖 片栗粉 ぼたぼた焼 ラムネ
8 22	月	牛乳 星たべよ	ご飯 豚肉の生姜焼き 白菜のポン酢和え じゃが芋の味噌汁	牛乳 マシュマロおこし	豚肉 味噌 牛乳	玉ねぎ・キャベツ 人参・しょうが 白菜・わかめ ねぎ	米・上白糖・なたね油 ポン酢・じゃが芋 コーンフレーク マシュマロ・有塩バター
9	火	牛乳 マリービスケット	ご飯 油淋鶏(ユーリンチー) 春雨のマヨネーズ和え たまごスープ	牛乳 杏仁豆腐	鶏肉 鶏卵 牛乳	白ねぎ・しょうが・ブロッコリー きゅうり・人参 玉ねぎ・わかめ パイン缶・黄桃缶	米・小麦粉・片栗粉 植物油・上白糖 ごま油・ごま・春雨 マヨネーズ・杏仁豆腐
10 24	水	牛乳 味しらべ	ご飯 厚揚げの和風あんかけ ほうれん草のツナ和え 大根の味噌汁	牛乳 レモンマフィン	厚揚げ・ツナ 味噌 牛乳 鶏卵	玉ねぎ・しめじ・人参 ねぎ・ほうれん草・コーン 大根・わかめ レモン果汁	米・なたね油 上白糖 片栗粉 ホットケーキミックス
11 25	木	牛乳 バナナ	ご飯 ひじき入り厚焼き卵 切干大根と青菜の和え物 かぼちゃの味噌汁	牛乳 フルーツきんとん	鶏卵 鶏ミンチ 味噌 牛乳	ひじき・人参・グリーンピース 切干大根・チンゲン菜 かぼちゃ・玉ねぎ・ねぎ りんご・干しぶどう	米 上白糖 なたね油 さつま芋
12 26	金	牛乳 満月ポン	ご飯 鯖の塩焼き ちくわの甘辛煮 けんちん汁	牛乳 ピザトースト	さば・ちくわ 豆腐 牛乳 ウインナー・チーズ	チンゲン菜・インゲン 大根・ねぎ 玉ねぎ・ケチャップ ピーマン・コーン	米・なたね油 上白糖・ごま 里芋・ごま油 食パン
13 27	土	牛乳 ぱりんこ	さつま芋のピラフ コンソメスープ	お茶 味しらべ ニコニコゼリー	ウインナー	玉ねぎ・人参 コーン グリーンピース ほうれん草	米・さつま芋 なたね油 味しらべ ニコニコゼリー

♪だいたいどこにある、いろいろなどうぐ。そのおなまえがわかるかな？

①



②



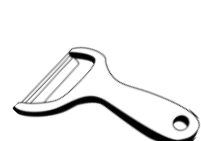
③



④



⑤



【こたえ】

① けいりょう 計量スプーン

② けいりょう 計量カップ

③ いた まな板

④ フライパン

⑤ ピーラー