

# 11月こんだて

2024.11 まつやま松並保育園

日	曜日	午前のおやつ	ランチ	15時のおやつ
1	金	ぱん菓子 ほうじ茶	玄米ご飯、野菜スープ、ねぎ塩チキン レタス、ブロッコリーのソテー、ポテトサラダ	柿・りんご ほうじ茶
2	土	魚せんべい ほうじ茶	玄米ご飯、中華スープ、ホイコーロー、煮じゃが	Caせんべい、するめ ほうじ茶
5	火	小魚 ほうじ茶	玄米ご飯、コンソメスープ、鶏肉のからあげ、サニーレタス 南瓜のごま煮、カリフラワーのカレーピクルス	いなり寿司 ほうじ茶
6	水	Caベビせん ほうじ茶	玄米ご飯、豆腐のすまし汁、さばの味噌煮 生昆布の煮物、白菜の即席漬け	おからドーナツ ミルク
7	木	チーズ ほうじ茶	玄米ご飯、玉葱の味噌汁、豚肉の生姜焼き 生揚げの煮物、青菜のおかか和え	米粉のすいとん ほうじ茶
8	金	ぱん菓子 ほうじ茶	玄米ご飯、キャベツの味噌汁、鮭の香味焼き 高野豆腐のオランダ煮、切干大根のサラダ	コーンブレッド ほうじ茶
9	土	魚せんべい ほうじ茶	玄米ご飯、にらの味噌汁、肉豆腐 キャベツと桜えびの和え物	きなこせんべい、昆布 ほうじ茶
11	月	星っこ ほうじ茶	親子丼、ほうれん草の味噌汁、大根サラダ、みかん	フライドポテト ほうじ茶
12	火	小魚 ほうじ茶	玄米ご飯、なめこ汁、じゃこのかき揚げ 里芋煮、白菜のツナ和え	ポップコーン、きなこ棒 ミルク
13	水	Caベビせん ほうじ茶	玄米ご飯、ごぼうの味噌汁、ほっけの塩焼き かぶのそぼろ煮、青菜の磯和え	スキムくずもち ほうじ茶
14	木	ぱん菓子 ほうじ茶	鶏肉のフォー、豚肉と木耳の炒めもの チーズ入りサイコロサラダ、柿	しらすと梅のおにぎり ほうじ茶
15	金	ヨーグルト ほうじ茶	玄米ご飯、えのきの味噌汁、秋刀魚の塩焼き、大根おろし がんもどきの煮物、豆苗のお浸し	ふかし芋 ほうじ茶
16	土	魚せんべい ほうじ茶	玄米ご飯、白菜スープ、肉野菜炒め、青菜のじゃこ和え	せんべい、昆布 ほうじ茶
18	月	星っこ ほうじ茶	玄米ご飯、㊶きのこの味噌汁、アジフライ、サニーレタス 切干大根の煮物、胡瓜と若布の酢の物	カルピスゼリー ほうじ茶
19	火	小魚 ほうじ茶	玄米ご飯、葱のすまし汁、和風ハンバーグ 南瓜の甘煮、チンゲン菜の酢味噌和え	金時豆の甘煮 ほうじ茶
20	水	Caベビせん ほうじ茶	㊷カレーライス、コンソメスープ鶏肉の手羽元煮、りんご	ココア蒸しパン ミルク
21	木	チーズ ほうじ茶	玄米ご飯、㊸じゃが芋と玉葱の味噌汁 しらすとねぎの玉子焼き高野豆腐の煮物 ブロッコリーのマスタード和え	鮭のおにぎり ほうじ茶
22	金	ぱん菓子 ほうじ茶	玄米ご飯、白菜のすまし汁、レバーの黒酢炒め 卯の花、ほうれん草のナムル	米粉のお好み焼き ほうじ茶
25	月	ヨーグルト ほうじ茶	玄米ご飯、五目汁、手羽中のレモンペッパー焼き さつま芋の甘煮、青菜のごま和え	長芋のおやき ほうじ茶
26	火	小魚 ほうじ茶	玄米ご飯、もやしと油揚げの味噌汁、ぶりの塩こうじ焼き 長ひじきの煮物、ブロッコリーの白和え	韓国風のり巻き ほうじ茶
27	水	Caベビせん ほうじ茶	玄米ご飯、たまごスープ、大根餃子 れんごんの金平、春雨サラダ	キャラメルポテト ほうじ茶
28	木	星っこ ほうじ茶	玄米ご飯、豆腐とあおさの味噌汁 メルルーサのカレー風味揚げ南瓜のレーズン煮 小松菜のなめこ和え	あんこ玉 ほうじ茶
29	金	ぱん菓子 ほうじ茶	玄米ご飯、中華スープ、麻婆豆腐 煮じゃが、フレンチサラダ	米粉のホットケーキ ほうじ茶ラテ
30	土	魚せんべい ほうじ茶	豚丼、チンゲン菜の味噌汁、ツナサラダ	Caせんべい、するめ ほうじ茶

◎今月のピックアップメニュー◎

～長芋のおやき～

小松菜と角切りにした長芋の食感が絶妙です♪



←レシピはこちらから♪

# 11月こんだて(離乳食)

2024.11 まつやま松並保育園

日	曜日	午前のおやつ	ランチ	15時のおやつ
1	金	ぱん菓子 ほうじ茶	白米ご飯、野菜スープ、ねぎ塩チキン レタス、ブロッコリーのソテー、ポテトサラダ	りんごのコンポート ほうじ茶
2	土	魚せんべい ほうじ茶	白米ご飯、中華スープ、ホイコーロー、煮じゃが	Caせんべい、するめ ほうじ茶
5	火	小魚 ほうじ茶	白米ご飯、コンソメスープ、鶏肉のからあげ、サニーレタス 南瓜のごま煮、カリフラワーのカレーピクルス	いなりにおにぎり ほうじ茶
6	水	Caベビせん ほうじ茶	白米ご飯、豆腐のすまし汁、さばの味噌煮 生昆布の煮物、白菜の即席漬け	おからドーナツ ミルク
7	木	チーズ ほうじ茶	白米ご飯、玉葱の味噌汁、豚肉の生姜焼き 生揚げの煮物、青菜のおかか和え	米粉のすいとん ほうじ茶
8	金	ぱん菓子 ほうじ茶	白米ご飯、キャベツの味噌汁、鮭の香味焼き 高野豆腐のオランダ煮、切干大根のサラダ	コーンブレッド ほうじ茶
9	土	魚せんべい ほうじ茶	白米ご飯、にらの味噌汁、肉豆腐 キャベツと桜えびの和え物	きなこせんべい、昆布 ほうじ茶
11	月	星っこ ほうじ茶	親子丼、ほうれん草の味噌汁、大根サラダ、みかん	フライドポテト ほうじ茶
12	火	小魚 ほうじ茶	白米ご飯、なめこ汁、じゃこのかき揚げ 里芋煮、白菜のツナ和え	ポップコーン、きなこ棒 ミルク
13	水	Caベビせん ほうじ茶	白米ご飯、ごぼうの味噌汁、ほっけの塩焼き かぶのそぼろ煮、青菜の磯和え	スキムくずもち ほうじ茶
14	木	ぱん菓子 ほうじ茶	鶏肉のフォー、豚肉と木耳の炒めもの チーズ入りサイコロサラダ、りんごのコンポート	しらすと梅のおにぎり ほうじ茶
15	金	ヨーグルト ほうじ茶	白米ご飯、えのきの味噌汁、秋刀魚の塩焼き、大根おろし がんもどきの煮物、豆苗のお浸し	ふかし芋 ほうじ茶
16	土	魚せんべい ほうじ茶	白米ご飯、白菜スープ、肉野菜炒め、青菜のじゃこ和え	せんべい、昆布 ほうじ茶
18	月	星っこ ほうじ茶	白米ご飯、きのこの味噌汁、アジフライ、サニーレタス 切干大根の煮物、胡瓜と若布の酢の物	カルピスゼリー ほうじ茶
19	火	小魚 ほうじ茶	白米ご飯、葱のすまし汁、和風ハンバーグ 南瓜の甘煮、チンゲン菜の酢味噌和え	金時豆の甘煮 ほうじ茶
20	水	Caベビせん ほうじ茶	カレーライス、コンソメスープ 鶏肉の手羽元煮、りんごのコンポート	ココア蒸しパン ミルク
21	木	チーズ ほうじ茶	白米ご飯、じゃが芋と玉葱の味噌汁、しらすとねぎの玉子焼き 高野豆腐の煮物、ブロッコリーのマスタード和え	鮭のおにぎり ほうじ茶
22	金	ぱん菓子 ほうじ茶	白米ご飯、白菜のすまし汁、レバーの黒酢炒め 卯の花、ほうれん草のナムル	米粉のお好み焼き ほうじ茶
25	月	ヨーグルト ほうじ茶	白米ご飯、五目汁、手羽中のレモンペッパー焼き さつま芋の甘煮、青菜のごま和え	長芋のおやき ほうじ茶
26	火	小魚 ほうじ茶	白米ご飯、もやしと油揚げの味噌汁、ぶりの塩こうじ焼き 長ひじきの煮物、ブロッコリーの白和え	韓国風おにぎり ほうじ茶
27	水	Caベビせん ほうじ茶	白米ご飯、たまごスープ、大根餃子 れんこんの金平、春雨サラダ	キャラメルポテト ほうじ茶
28	木	星っこ ほうじ茶	白米ご飯、豆腐とあおさの味噌汁 メルルーサのカレー風味揚げ南瓜のレーズン煮 小松菜のなめこ和え	あんこ玉 ほうじ茶
29	金	ぱん菓子 ほうじ茶	白米ご飯、中華スープ、麻婆豆腐 煮じゃが、フレンチサラダ	米粉のホットケーキ ほうじ茶ラテ
30	土	魚せんべい ほうじ茶	豚丼、チンゲン菜の味噌汁、ツナサラダ	Caせんべい、するめ ほうじ茶

※月齢に合わせて形状を変えています。

◎今月のピックアップメニュー◎

～長芋のおやき～

小松菜と角切りにした長芋の食感が絶妙です♪



←レシピはこちらから♪