

日付	献立	材 料	日付	献立	材 料
2 (月)	ごはん 海苔のふりかけ チーズ入りハンバーグ フライポテト 味噌噌汁 フルーツゼリー	精白米 海苔のふりかけ チーズ入りハンバーグ、トマトケチャップ、ウスターソース 皮付きポテト、青のり 釜焼きら、油揚げ、青ねぎ、さば節、淡色辛みそ、ぶなしめじ フルーツゼリー	10 (火)	和風きのこピラフ チキンナゲット ブロッコリー塩ゆで ABCマカロニスー 果物	精白米、まぐろ水煮缶詰、たまねぎ、にんじん、生しいたけ、エリンギ、 ぶなしめじ、ごま油、顆粒和風だし、薄口しょうゆ、並塩 チキンナゲット ブロッコリー、並塩 マカロニ、たまねぎ、パセリ、パイオン、にんじん
	りす組 おやつ	お茶 ビスコ		りす組 おやつ	お茶 いちごジャムサンド
3 (火)	文化の日		11 (水)	五目醤油ラーメン 五穀ひじきおにぎり もちゼリー	中華めん、焼き豚、りよくとうもやし、にんじん、青ねぎ、 鶏卵、カットわかめ、ラーメンスープ(醤油) 精白米、五穀ひじきごはんのもと もちゼリー
	りす組 おやつ	お茶 ホットケーキ		りす組 おやつ	お茶 ホットケーキ
4 (水)	豚丼 もやしスープ ヨーグルト	豚肉、精白米、たまねぎ、サフラワー油、にんじん、きび砂糖、 本みりん、濃口しょうゆ、しょうが、焼きのり もやし、にら、鶏がらだし、薄口しょうゆ、いりごま、 にんじん、えのきたけ ヨーグルト	12 (木)	ごはん すきやき風煮込み 竹輪の磯焼き わかめの味噌汁 果物	精白米 牛肉、にんじん、たまねぎ、しらたき、サフラワー油、 きび砂糖、濃口しょうゆ、はくさい、片栗粉、春菊、焼き豆腐、本みりん 焼き竹輪、あおのり、なたね油 カットわかめ、えのき茸、青ねぎ、さば節、淡色辛みそ
	りす組 おやつ	お茶 せんべい		りす組 おやつ	お茶 バナナスティックケーキ
5 (木)	ミートスパゲッティ えびサラダ りんごゼリー	スパゲティ、オリーブ油、並塩、パルメザンチーズ、 パセリ、合挽きミンチ、蒸し大豆、たまねぎ、にんじん、 青ピーマン、ホールトマト、トマトケチャップ、ウスターソース、 パイオン、薄力粉、サフラワー油、オイスターソース、 しばえび、きゅうり、レタス、アボカド、ごまドレッシング りんごゼリー	13 (金)	ドライカレー 蒸し鶏サラダ ヨーグルトゼリー	ご飯、カレー粉、パセリ、鶏卵、豚肉、蒸し大豆、 たまねぎ、にんじん、青ピーマン、レーズン、しょうが、 サフラワー油、カレールウ、オイスターソース、りんご ブロッコリー、きゅうり、並塩、ごまドレッシング、 鶏肉、いりごま ヨーグルトゼリー
	りす組 おやつ	お茶 五穀ひじきおにぎり		りす組 おやつ	お茶 レーズンパン
6 (金)	ご飯 鮭塩焼き 小松菜とえのきの和え物 玉ねぎみそ汁 果物	精白米 鮭塩焼き こまつな、にんじん、えのきたけ、きび砂糖、薄口しょうゆ、 マヨネーズタイプドレッシング たまねぎ、ソフト豆腐、油揚げ、にんじん、 淡色辛みそ、青ねぎ、さば節、ぶなしめじ	14 (土)	ごはん 海苔のふりかけ 豆腐入りハンバーグ アスパラ塩ゆで 玉ねぎみそ汁 ハスカップゼリー	精白米 海苔のふりかけ 豆腐入りハンバーグ アスパラガス、並塩 たまねぎ、油揚げ、にんじん、淡色辛みそ、 青ねぎ、さば節、ぶなしめじ ハスカップゼリー
	りす組 おやつ	お茶 さつまいもパン		りす組 おやつ	牛乳 ワッフル
7 (土)	チャーハン えびシュウマイ 中華スープ みかんゼリー	精白米、焼き豚、たまねぎ、にんじん、生しいたけ、青ねぎ、 並塩、薄口しょうゆ、鶏がらだし、ごま油 えびシュウマイ 鶏がらだし、並塩、薄口しょうゆ、ごま油、 りよくとうもやし、エリンギ、青ねぎ	16 (月)	吹き寄せごはん 高野豆腐とかぼちゃの含め煮 わかめすまし汁 ラフランスゼリー	精白米、もち米、薄口しょうゆ、顆粒和風だし、にんじん、 ごぼう、鶏肉、油揚げ、乾しいたけ、ぶなしめじ、本みりん、 きび砂糖、濃口しょうゆ、サフラワー油、くり甘露煮 凍り豆腐、本みりん、薄口しょうゆ、くりかぼちゃ、 顆粒和風だし、きび砂糖、さやいんげん えのきたけ、にんじん、青ねぎ、薄口しょうゆ、 さば節、まこんぶ、並塩、カットわかめ ラフランスゼリー
	りす組 おやつ	牛乳 ビスケット		りす組 おやつ	お茶 ボン菓子
9 (月)	ごはん 海苔のふりかけ いわしの梅醤油煮 ほうれん草ごま和え 豚汁 果物	精白米 海苔のふりかけ いわしの梅醤油煮 ほうれん草、にんじん、いりごま、きび砂糖、 薄口しょうゆ だいこん、ごぼう、油揚げ、青ねぎ、さば節、淡色辛みそ、 にんじん、生いも板こんにゃく、豚肉、さつまいも	17 (火)	皿うどん 焼き餃子 中華スープ 果物	中華麺、豚肉、はくさい、ゆでたけのこ、たまねぎ、しょうが、 鶏がらだし、薄口しょうゆ、片栗粉、ごま油、にんじん、生しいたけ 餃子、サフラワー油 鶏がらだし、並塩、薄口しょうゆ、ごま油、りよくとうもやし、 たまねぎ、エリンギ、青ねぎ
	りす組 おやつ	お茶 炭酸せんべい、ラムネ		りす組 おやつ	お茶 チーズパンサンド

* 食事摂取基準（3～5歳児）をもとに基準を㊟とし、おやつ（牛乳（180cc））も含めました。
* だしは、煮干し・削り節（さば節）・だし昆布・しいたけ・野菜などでとっています。
* 生肉・生野菜は、産地にもこだわり国産を使用しています。
* 地元吹田の平野農園（江坂町）の野菜を中心に、地場産物や旬の物を取り入れ、
地産地消に努めています。 又、園で収穫できる野菜も使います。
* デザートは、子どもたちにとって、とても楽しみの一つです。
果物は、産地を吟味し季節の美味しい果物を食べられるように配慮しています。
尚、献立内の果物の記載は空欄にしています。
衛生面を考え（生肉・生魚の使用時等）、献立の内容によりゼリー等が増えることもあります。
ご理解いただきますようよろしくお願いします。
* 食の安全を考え加工品・調味料も十分吟味し、おいしい手作りの昼食を心がけています。
* 献立材料は、その時の事情により変更する場合があります。ご了承ください。



日付	献立	材 料	日付	献立	材 料
18 (水)	ビビンバ丼 中華風和え物 フルーツキャロットゼリー	精白米、牛肉、蒸し大豆、本みりん、きび砂糖、濃口しょうゆ、オイスターソース、 青ねぎ、ほうれんそう、薄口しょうゆ、にんじん、もやし、いりごま はるさめ、きゅうり、にんじん、かにかまぼこ、濃口しょうゆ、 きび砂糖、ごま油、並塩、米酢 フルーツキャロットゼリー	26 (木)	ごはん ゆかり タチウオのムニエル ほうれん草とさつまいもごま和え 豆腐みそ汁  誕生日会おやつ	精白米 しその葉、並塩 だちうお、並塩、なたね油 ほうれんそう、にんじん、いりごま、きび砂糖、 薄口しょうゆ、さつまいも ソフト豆腐、油揚げ、にんじん、淡色辛みそ、 青ねぎ、さば節、なめこ きらす揚げ
	りす組 おやつ	お茶 マカロニきな粉		マカロニ、きな粉、きび砂糖	りす組 おやつ
19 (木)	さつまいもごはん かつおフライ みず菜のおひたし 豆腐すまし汁 お茶プリン	精白米、さつまいも、並塩、いりごま、もち米 かつおフライ、サフラワー油、トマトケチャップ、ウスターソース 薄口しょうゆ、きび砂糖、にんじん、さつま揚げ、みずな、にんじん ソフト豆腐、にんじん、青ねぎ、薄口しょうゆ、 さば節、まこんぶ、並塩、ぶなしめじ お茶プリン	27 (金)	ごはん 海苔のふりかけ チンジャオロース ボークシュウマイ 大根味噌汁 果物	精白米 海苔のふりかけ 牛肉、青ピーマン、黄ピーマン、ゆでたけのこ、にんじん、オイスターソース、 真がらだし、薄口しょうゆ、きび砂糖、本みりん、片栗粉、サフラワー油、赤ピーマン 無添加ボークシュウマイ だいこん、油揚げ、青ねぎ、さば節、 淡色辛みそ、にんじん、まいだけ
	りす組 おやつ	お茶 カニパン、プロセスチーズ		カニパン、プロセスチーズ	りす組 おやつ
20 (金)	全粒入り白パン 煮込み手作りハンバーグ コーンと人参のフレンチサラダ ボルシチスープ  みかんゼリー	全粒入り白パン 合挽きミンチ、たまねぎ、半生パン粉、普通牛乳、 ナツメグ、並塩、デミグラスソース、オリーブ油 にんじん、コーン缶詰粒、サラダチーズ、オリーブ油、 無添加フレンチドレッシング（卵・乳無し） たまねぎ、にんじん、キャベツ、かぶ、豚肉、セロリー、 パセリ、パイオン、ホールトマト、オリーブ油、トマト みかんゼリー	28 (土)	鶏そぼろ丼 もやしスープ ももゼリー	精白米、鶏肉、本焼豆腐、にんじん、青ねぎ、しょうが、本みりん、 きび砂糖、濃口しょうゆ、なたね油、鶏がらだし、ごま油、片栗粉 もやし、にら、鶏がらだし、薄口しょうゆ、いりごま ももゼリー
	りす組 おやつ	お茶 わかめおにぎり		精白米、わかめごはんのもと	りす組 おやつ
21 (土)	カレーピラフ チキンナゲット コンソメスープ 果物	精白米、フランクフルトソーセージ、たまねぎ、にんじん、 青ピーマン、なたね油、カレー粉、洋風だし チキンナゲット たまねぎ、にんじん、パセリ、豚肉、 パイオン	30 (月)	全粒入り白パン ポロニアカツ 豆サラダ ジュリアンスープ 果物	全粒入り白パン ポロニアカツ、サフラワー油、トマトケチャップ、ウスターソース きゅうり、じゃがいも、並塩、ノンエッグマヨネーズ、プロセスチーズ、 にんじん、蒸し大豆、塩えんどう豆、コーン缶詰粒 キャベツ、パセリ、セロリー、豚肉、 パイオン、にんじん
	りす組 おやつ	牛乳 ドーナツ		ドーナツ	りす組 おやつ
23 (月)	勤労感謝の日			監修：片岡恵子・近藤祐美（栄養士）	
24 (火)	ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き フライポテト 豆腐すまし汁 ぶどうゼリー	精白米 だいせいようさけ、キャベツ、にんじん、たまねぎ、えのきたけ、 きび砂糖、淡色辛みそ、本みりん じゃがいも、サフラワー油、並塩 ソフト豆腐、にんじん、青ねぎ、薄口しょうゆ、さば節、 まこんぶ、並塩、カットわかめ、えのきたけ ぶどうゼリー	I7141 - 496 Kcal 蛋白質 21.3g 脂質 16.8g 塩分 1.2g	11月献立 アレルギーを含む加工食品の紹介をします。 2日・・チーズ入りハンバーグ（小麦・卵・乳・ごま含まない） 7日・・えびシュウマイ（小麦含む）（卵・乳・ごま含まない） 9日・・いわしの梅醤油煮（醤油に一部小麦含む）（卵・乳・ごま含まない） 10日・・チキンナゲット（小麦・卵・乳・ごま含まない） 14日・・豆腐入りハンバーグ（小麦・卵・乳・ごま含まない） 17日・・焼き餃子（小麦含む）（卵・乳・ごま含まない） 19日・・かつおフライ（小麦含む）（卵・乳・ごま含まない） 27日・・ボークシュウマイ（小麦含む）（卵・乳・ごま含まない） 二年間を通して園で使用する加工食品＝ *ボークハム・ベーコン・チキンウィンナー・ボークウィンナー・焼こむき豚 無添加・無着色・発色剤・リン酸塩不使用（乳・乳・小麦も含んでいません） *焼き豚 肉屋さん自家製（乳・卵含まない） 醤油に含まれる小麦一部含んでいます。 *竹輪（乳・卵・小麦を含んでいません）無添加・無着色・リン酸塩不使用 *マヨネーズ 除去対応ノンエッグマヨネーズ（ケンコーマヨネーズ）を使用します。 *ごまドレッシングは、手作りドレッシングです。 （ノンエッグマヨネーズ使用醤油・ごま含む） *油は菜種油・削り節はサハ節です。 *うどん・中華麺は、同じ製造ラインにそばの取り扱いがあります。 *砂糖は、沖縄のサトウキビ１００％使用のきび砂糖を使用しています。 *塩は伯方の塩です。味噌は、無添加味噌（米・大豆）を使用しています。 *パンには、バター・生クリームが入っています。 *海苔のふりかけ・若菜ごはんの素（ごま含む）（小麦・卵・乳含まない） その他製造ライン（コンタミネーション）の内容等、気になる点がありましたら お気軽にお尋ねください。	
	りす組 おやつ	お茶 ミニたい焼き		ミニたい焼き	
25 (水)	ごはん 鶏肉香味焼き ブロックリーサラダ ミネストローネスープ 果物 	精白米 鶏肉、オリーブ油、片栗粉、パセリ、並塩、半生パン粉 ブロックリー、にんじん、プロセスチーズ、並塩、 ノンエッグマヨネーズ、ゆで冷凍スイートコーン たまねぎ、にんじん、キャベツ、エリンギ、豚肉、パセリ、 パイオン、ホールトマト、オリーブ油、蒸し大豆	I7141 - 509 Kcal 蛋白質 25.3g 脂質 15.3g 塩分 1.4g		
	りす組 おやつ	お茶 ウエハース		ウエハース	



URL <http://senriyamagrace.jp/>
上記のホームページにて昼食・おやつの写真を掲載しています。
ご覧ください。

