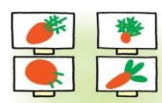




2019年(令和元年度)11月

# 給食だより

下東条西保育所

月	火	水	木	金	土
<p>* 花・雪・月組は1日(金)にお米1合を持参してください。 14日・27日に使用する分です。 * 月組クッキングは20日(水)に実施します。 エプロン・マスク・三角巾を持参してください。</p> 				<p><b>1</b></p> <p>お好み焼き 粉かつお・竹輪・豚肉・卵・チーズ・青のり 人参・青葱・キャベツ・長芋 糸こんにゃく・小麦粉・ソース・マヨネーズ</p> <p>小魚の磯煮 ちりめん・青のり</p> <p>バナナ</p>	<p><b>2</b></p> <p>肉じゃが 竹輪・牛肉・焼き豆腐 人参・青葱・玉葱 じゃが芋・糸こんにゃく</p> <p>ふりかけ</p> <p>オレンジ</p>
<p><b>4</b></p> <p>振替休日</p>  	<p><b>5</b></p> <p>おでん 牛肉・平天・卵・厚揚げ 人参・大根 こんにゃく・じゃが芋</p> <p>のり佃煮 のり佃煮</p> <p>バナナ 手作りおやつ 大芋芋</p>	<p><b>6</b></p> <p>タンドリーチキン 鶏肉・ヨーグルト トマト・ブロッコリー ケチャップ・カレー粉</p> <p>ポテトサラダ ハム・卵 人参・きゅうり・コーン じゃが芋・マヨネーズ</p> <p>グレープフルーツ</p>	<p><b>7</b></p> <p>さけのごま揚げ 鮭 白ごま・黒ごま 小麦粉・片栗粉</p> <p>卵の花 鶏ミンチ・油揚げ・おから 人参・青葱・大根・牛蒡・干し椎茸 糸こんにゃく</p> <p>オレンジ</p>	<p><b>8</b></p> <p>麻婆豆腐 合ミンチ・豆腐 人参・青葱・筍・生姜・玉葱・干し椎茸 片栗粉・中華だし</p> <p>春雨の酢の物 ハム・春雨・わかめ きゅうり すりごま</p> <p>バナナ</p>	<p><b>9</b></p> <p>他人丼 牛肉・卵 人参・青葱・玉葱・椎茸</p> <p>棒チーズ</p> <p>オレンジ</p>
<p><b>11</b></p> <p>五目卵焼き 海老・卵・ひじき 人参・青葱・玉葱・干し椎茸</p> <p>切り昆布の炒め煮 さつま揚げ・切り昆布 人参 こんにゃく</p> <p>オレンジ 手作りおやつ パイン蒸しまんじゅう</p>	<p><b>12</b></p> <p>さつま芋コロッケ 合ミンチ・卵 玉葱・さつま芋・じゃが芋 小麦粉・パン粉・ソース・ケチャップ</p> <p>ハムサラダ ハム 人参・ブロッコリー・キャベツ・きゅうり マヨネーズ</p> <p>バナナ</p>	<p><b>13</b></p> <p>さわらの照り焼き 鯖</p> <p>大豆とひじきの炒り煮 鶏肉・大豆・油揚げ・ひじき 人参・牛蒡・干し椎茸 糸こんにゃく</p> <p>グレープフルーツ</p>	<p><b>14</b></p> <p>ハヤシライス 牛肉 人参・玉葱・しめじ じゃが芋・ルー</p> <p>サラダ ウインナー・卵 トマト・ブロッコリー</p> <p>オレンジ おやつ ヨーグルト</p>	<p><b>15</b></p> <p>肉団子のスープ 鶏ミンチ・春雨 人参・青葱・大根・白菜・牛蒡・玉葱 片栗粉</p> <p>ひじきのミルクィーサラダ ハム・スキムミルク・ひじき 人参・ほうれん草・コーン マヨネーズ</p> <p>柿</p>	<p><b>16</b></p> <p>ポトフ ウインナー 人参・キャベツ・玉葱 じゃが芋・コンソメ</p> <p>のり佃煮</p> <p>オレンジ</p>
<p><b>18</b></p> <p>八宝菜 海老・イカ・豚肉・卵 人参・青葱・筍・白菜・干し椎茸 片栗粉</p> <p>竹輪の磯辺揚げ 竹輪・卵・青のり 小麦粉</p> <p>オレンジ</p>	<p><b>19</b></p> <p>厚揚げのそぼろ煮 鶏ミンチ・厚揚げ 人参・青葱・玉葱・牛蒡・干し椎茸 糸こんにゃく</p> <p>ひじきと大豆のサラダ ツナ・春雨・大豆・ひじき 人参・きゅうり マヨネーズ</p> <p>バナナ</p>	<p><b>20</b></p> <p>さばのみぞれ煮 鯖 大根</p> <p>五目金平 竹輪・油揚げ 人参・牛蒡 こんにゃく</p> <p>グレープフルーツ 手作りおやつ カナッペ</p>	<p><b>21</b></p> <p>チキンカツ 鶏肉・卵 トマト・ブロッコリー 小麦粉・パン粉・ソース・ケチャップ</p> <p>かぼちゃサラダ ハム 人参・南瓜・きゅうり・コーン マヨネーズ</p> <p>オレンジ</p>	<p><b>22</b></p> <p>高野豆腐の卵とじ 鶏ミンチ・卵・高野豆腐 人参・青葱・玉葱・干し椎茸 じゃが芋</p> <p>おひたし 竹輪 人参・ほうれん草・もやし すりごま</p> <p>バナナ 手作りおやつ 牛乳プリン</p>	<p><b>23</b></p> <p>勤労感謝の日</p> 
<p><b>25</b></p> <p>ちゃんぽん麺 海老・イカ・豚肉 人参・青葱・キャベツ・椎茸・もやし 中華そば・中華だし</p> <p>ゆで卵・ふりかけ 卵・ふりかけ</p> <p>オレンジ 手作りおやつ フルーツヨーグルト</p>	<p><b>26</b></p> <p>肉豆腐 竹輪・牛肉・豆腐 人参・青葱・玉葱・椎茸 糸こんにゃく</p> <p>白菜の納豆和え 花かつお・納豆 白菜</p> <p>バナナ</p>	<p><b>27</b> (新メニュー)</p> <p>天井 海老・卵 人参・ピーマン・玉葱 さつま芋・小麦粉</p> <p>豆腐とわかめの味噌汁 豆腐・わかめ・油揚げ・味噌 白菜</p> <p>グレープフルーツ 手作りおやつ ブラウニー風ケーキ</p>	<p><b>28</b></p> <p>魚の野菜あんかけ メルルーサ 人参・南瓜・ピーマン・しめじ・筍 エリンギ・干し椎茸・片栗粉</p> <p>竹輪の生姜煮 竹輪 生姜</p> <p>オレンジ</p>	<p><b>29</b></p> <p>煮込みハンバーグ 合ミンチ・卵・豆腐・牛乳・ひじき 玉葱・パイン缶 パン粉・ケチャップ・ソース</p> <p>グリーンサラダ トマト・ブロッコリー 人参・キャベツ・きゅうり</p> <p>パイナップル</p>	<p><b>30</b></p> <p>クリームシチュー ベーコン・牛乳 人参・玉葱・しめじ じゃが芋・ルー</p> <p>味つけ海苔</p> <p>オレンジ</p>



このマークのついている日は白飯を持参して下さい。  
※お米の入った袋に名前を書いてください。

※食材は都合により変更する場合があります。

## \* 新米はいつまで新米と呼べる？

JAS法によると新米とは、「生産された当該年の12月31日までに精米され、容器に入れて販売されるもの」と言われています。新米は水分を多めに含んでいるので、炊飯するときには水分を少し控える必要がある。品質表示を見て、水分量を調節する目安にしてもいいでしょう。(引用: <https://shoku.hapiku.com>)  
今だけの新米を美味しく楽しんでみてくださいね。