

山手幼稚園 2024年 11月 給食便り



木々の葉の色が変わり始め、
秋の訪れが目に見えてわかるようになってきました。



今月は待ちに待った運動会です♪
前々日には「運動会がんばろうメニュー」を設けています。
子どもたちの好きなメニューを食べて、
元気いっぱい運動会を楽しめますように♪



<献立表>



	月	火	水	木	金
					1
	<h3><11月24日は「和食の日」></h3> <p>11月24日は『いい日本食』の語呂合わせから和食の日と制定されました。自然の恵みを生かす日本の食文化として2013年にはユネスコ無形文化遺産に登録され世界の注目を集めています。</p>				
昼食	<p>和食とは 日本で昔から受け継がれてきた食事で、お米を炊いたごはん(主食)、味噌汁やお吸い物などの汁物や焼き物や煮物などのおかず(主菜・副菜)、それに和え物・お漬物など(副菜)で主食・主菜・副菜を基本とした「一汁三菜」です。「一汁三菜」は様々な食材を食べることができ複数の栄養素をバランスよく摂取することができます。</p>				
	<p>そして和食の基本の「だし」のうま味を活用することで、動物性油脂の少ない食事を実現します。給食では煮物にはさば、いわし、かつお、あじ、お味噌汁・すまし汁にはさばいわし、あじのだしを使用しています。</p>				
3時	<p>山手幼稚園は「一汁三菜」で和食を中心とした献立になっています。和食をはじめとする日本の食文化を大切に日々の生活に活かしていきたい。</p>				
	<p>山手幼稚園で採れたさつまいもを使っています。</p>				
					<p>■(預かり保育) ■ごはん 米 ■とり肉のてりやき とりにく りょうり酒 しょうが 濃口しょうゆ みりん ■かたくり粉 ■あつあげの煮物 あつあげ にんじん えだまめ だしパック 濃口しょうゆ さとう ■マカロニサラダ ■カールマカロニ アスパラガス コーン マーガリン ★卵不使用マヨネーズ 穀物酢 さとう ★フィヨン ■たまねぎのみそ汁 たまねぎ ★ちくわ 豆腐 混合削りぶし みそ (じゃがいも) かたくり粉は入れない (小麦) ビーフンに変更</p>
					<p>■さつまいもスティック さつまいも キャノーラ油 しお</p>
					アレルギー対応はありません。
					1食分 - 517kcal 脂質 15.4g 鉄 2.9mg 蛋白質 20.3g 加糖 96mg 食塩 1.3g

* 献立のマークについて *

★：アレルギー対応用の加工食品です。たまご・乳・小麦を使用していません。
※その他のアレルギーに関しては食品ごとに記載しております。

- ・アレルギーフリーカレーウ …… 28品目のアレルギーが使用されていません。
- ・米粉のハヤシルウ …… 28品目のアレルギーが使用されていません。
- ・とうふハンバーグ …… 原材料の一部に大豆・豚肉・鶏肉を含みます。
- ・ミートボール …… 原材料の一部に豚肉・鶏肉を含みます。
- ・ポークウィンナー …… 原材料の一部に豚肉・牛肉・大豆を含みます。
- ・フランクフルトソーセージ …… 原材料の一部に大豆・豚肉・鶏肉を含みます。
- ・豚ロースハム …… 原材料の一部に豚肉を含みます。
- ・ハムステーキ …… 原材料の一部に豚肉・鶏肉を含みます。
- ・フィヨン …… 28品目のアレルギーが使用されていません。
- ・とりがらスープ …… 原材料の一部に鶏肉を含みます。
- ・卵不使用マヨネーズ …… 28品目のアレルギーが使用されていません。
- ・中濃ソース …… 28品目のアレルギーが使用されていません。
- ・さつまあげ、ちくわ …… たまご、乳、小麦不使用の練り物です。
- ・豆乳ホイップ …… 原材料の一部に大豆を含みます。

☆：たまご・乳を使用していません。

・豚しゃぶ …… 原材料の一部に小麦・豚肉を含みます。

○：お便りでのアレルギー対応の管理上、表示されるマークです。

◆：新メニュー

アレルギー対応表示食品

たまご、乳、小麦、甲殻類(おりめんを含む)
バナナ、魚類(サバ・サケ・ツナ)
じゃがいも(片栗粉を含む)






	月 4	火 5	水 6	木 7	金 8
昼食	■*振替休日* ■ごはん 米 ■ぶた肉とだいこんの煮物 ぶたにく だいこん たまねぎ にんじん あぶらあげ えだまめ キャノーラ油 鶏がらスープ しょうが りょうり酒 濃口しょうゆ さとう かたくり粉 ■ブロッコリーの和え物 ブロッコリー 糖ハブリカ のり さとう 濃口しょうゆ ■ぶどうゼリー カアゼリーの素(ぶどう) ■ほうれん草のみそ汁 ほうれんそう えのき うどん巻き 混合削りぶし みそ	■ごはん 米 ■ぶた肉のみそ焼き とりにく しょうが さとう 濃口しょうゆ りょうり酒 みそ ■がんもどきの煮物 がんもどき にんじん こまつな だしパック さとう みりん風 濃口しょうゆ ■ピーマンと野菜の和え物 ピーマン きゅうり 糖ハブリカ さとう 濃口しょうゆ ■すまし汁 ほうれん草 おくら ★さつまあげ 混合削りぶし しお 濃口しょうゆ	■*満足(年少1期)* ■カレーライス 米 ぶたにく じゃがいも たまねぎ にんじん だいたい華粒状 キャノーラ油 さとう しょうが にんにく とろけるカレールー ■きゃべつのドレッシングサラダ きゃべつ トマト缶 コーン 濃口しょうゆ さとう レモン果汁 キャノーラ油 ■フルーツゼリー ミックスフルーツ缶 かんてん さとう カアゼリーの素(マスカット)	■*満足(年少2期)* ■ごはん 米 ■さわらのごま焼き さわり りょうり酒 さとう 濃口しょうゆ 白ごま 黒ごま ■コンニャクのきんぴら 系こんにゃく きゅうり にんじん きぬさや さとう 濃口しょうゆ みりん風 ごま油 ■もやし もやし さやいんげん 糖ハブリカ さとう 濃口しょうゆ ■焼とうふのみそ汁 焼とうふ たまねぎ カットわかめ 混合削りぶし みそ	
3時	■じゃがいものツナおやき じゃがいも ツナ缶 ★卵不使用マヨネーズ かたくり粉 ★アイヨン パセリ缶	■菜飯おにぎり 米 菜めし	■米粉のバナナケーキ バナナ こめ粉 コーンスターチ とうにゅう 水 さとう しお キャノーラ油 ベーキングパウダー	■焼きピーマン ★ちくわ ピーマン たまねぎ にんじん ピーマン しお 濃口しょうゆ キャノーラ油	
	(じゃがいも) おにぎりに変更 (魚類) ツナ缶は入れない	アレルギー対応はありません	(バナナ) バナナは入れない	アレルギー対応はありません	
	17kcal - Okcal 脂質 15.1g 鉄 2.2mg	17kcal - 429kcal 脂質 13g 鉄 1.9mg	17kcal - 510kcal 脂質 10.7g 鉄 2mg	17kcal - 500kcal 脂質 12.7g 鉄 1.9mg	17kcal - 378kcal 脂質 9g 鉄 1.9mg

	11	12	13	14	15
昼食	■ツナチャーハン 米 ミックスベジタブル ツナ缶 だいたい華粒状 鶏がらスープ 濃口しょうゆ キャノーラ油 しお こしょう ■スマイルポテト ポテト キャノーラ油 ケチャップ ■こまつなのおかか和え こまつな ★ちくわ 糖ハブリカ かつおぶし さとう 濃口しょうゆ ■オニオンスープ たまねぎ にんじん ★ポークウイナー さやいんげん ★アイヨン マーガリン さとう 濃口しょうゆ ラード	■ごはん 米 ■ぶた肉の甘辛炒め ぶたにく しょうが たまねぎ はくさい にんじん だいたい華粒状 ビーマン キャノーラ油 だしパック さとう 濃口しょうゆ かたくり粉 ■きゅうりのサラダ きゅうり きゃべつ 糖ハブリカ 野菜ドレッシング さとう 濃口しょうゆ ■あおりんごゼリー カアゼリーの素(青りんご) ■あつあげのみそ汁 あつあげ えのき カットわかめ 混合削りぶし みそ	■トマトハヤシライス◆ 米 ぶたにく きゅうり たまねぎ にんじん だいたい華粒状 トマト缶 ★中濃ソース ケチャップ さとう キャノーラ油 マーガリン ■ハヤシルー ★アイヨン ■マカロニの和え物 カールマカロニ ブロッコリー コーン 濃口しょうゆ さとう ★アイヨン ■フルーツ(バナナ) バナナ	■*運動会がんばろうメニュー* ■わかめおにぎり 米 わかめご飯の素 ■とりのからあげ とりにく しお こしょう さとう 濃口しょうゆ 鶏がらスープ しょうが にんにく かたくり粉 大豆白絞油 ■おからのちりめん和え おくら にんじん ちりめん 濃口しょうゆ さとう ■オレンジゼリー カアゼリーの素(オレンジ) ■じゃがいものみそ汁 じゃがいも たまねぎ あぶらあげ 豆腐 混合削りぶし みそ	■(預かり保育) ■ごはん 米 ■とうふハンバーグ ★とうふハンバーグ ■てりやきソース さとう みりん風 濃口しょうゆ かたくり粉 ■肉のきんぴら だいたい さとう だしパック 赤だしみそ さとう みりん風 かたくり粉 ■いんげんのごま和え さやいんげん にんじん 白ごま ごま油 さとう 濃口しょうゆ ■にゅうめん そうめん ★さつまあげ みずな 混合削りぶし しお 濃口しょうゆ
3時	■カレーまん こめ粉 さとう ベーキングパウダー とうにゅう キャノーラ油 豚ひき肉 たまねぎ にんじん ★アイヨン さとう ★卵なしツナカレールー アレルギー対応はありません	■いちもち◆ じゃがいも かたくり粉 濃口しょうゆ さとう かたくり粉	■やきおにぎり 米 濃口しょうゆ みりん風	■ケーキサレ◆ こめ粉 コーンスターチ たまねぎ ほうれんそう ハム とうにゅう 水 さとう しお キャノーラ油 ベーキングパウダー	■豆乳プリン とうにゅう さとう アガー 水
	(魚類) ツナ缶は入れない (じゃがいも) ミニゼリーに変更	(じゃがいも) かたくり粉は入れない	(小麦) 米粉のハヤシルーに変更 (小麦) マカロニは入れない (バナナ) ミニゼリーに変更	(じゃがいも) 米粉パウダーに変更 (卵類) ちりめんは入れない (じゃがいも) じゃがいもは入れない	(じゃがいも) コーンスターチに変更 (じゃがいも) かたくり粉は入れない (小麦) そうめんは入れない
	17kcal - 486kcal 脂質 15.1g 鉄 2.2mg	17kcal - 407kcal 脂質 9.5g 鉄 1.8mg	17kcal - 614kcal 脂質 15.1g 鉄 2.2mg	17kcal - 497kcal 脂質 14.8g 鉄 1.7mg	17kcal - 455kcal 脂質 10.8g 鉄 2.8mg





	月 18	火 19	水 20	木 21	金 22
	<p>■(預かり保蔵) ■ゆきそば ■中華めん ふたにく きゃべつ たまねぎ にんじん 青ねぎ キャノーラ油 おこのみソース ★中濃ソース ■しゅうまい ■おろししょうゆ ■しょうゆ ■だししょうゆ ■鶏がらスープ さとう かたくり粉 水 ■湯えい おくら 淡口しょうゆ さとう ■いちごゼリー かびの素(いちご) ■こみや豆腐のみそ汁 高野とうふ えのき しろな 混合削りぶし みそ</p>	<p>■ごはん 米 ■チャップチェ 豚ひき肉 はるさめ たまねぎ ピーマン にんじん だいず華粒状 しょうが にんにく キャノーラ油 りょうり酒 さとう みりん風 濃口しょうゆ 鶏がらスープ 白ごま ごま油 ■かぼちゃの煮物 かぼちゃ だしパック さとう 淡口しょうゆ ■ブロッコリーのこぼれえ ブロッコリー コン 塩こんぶ さとう 淡口しょうゆ ■中華スープ だいこん ★さつまあげ にら しょうが 鶏がらスープ 淡口しょうゆ ごま油</p>	<p>■*満足(年中)* ■ごはん 米 ■カレーコンプレックチキン◆ とりにく りょうり酒 濃口しょうゆ さとう カレー粉 コンプレック ■もちやしの和え物 もちやし ごまつな にんじん さとう 淡口しょうゆ ■ぶどうゼリー かびの素(ぶどう) ■塩きとうのみそ汁 焼とうふ しめじ みずな 混合削りぶし みそ</p> 	<p>■和食の日 ■さばの煮せごはん◆ 米 さば みつば だいず華粒状 白ごま しょうが 淡口しょうゆ さとう しお ■切干だいこんの煮物 切干だいこん にんじん きゅうにく きぬさや だしパック さとう 淡口しょうゆ ■きゃべつのゆかり和え きゃべつ さやいんげん 黄パプリカ さとう 淡口しょうゆ ゆかり ■たまごのみそ汁 たまご ★ちくわ 豆腐 混合削りぶし みそ</p>	<p>■*創立記念日* ■(預かり保蔵) ■ごはん 米 ■とり肉の豆腐煮 とりにく たまねぎ ■じゃがいも はくさい にんじん えだまめ キャノーラ油 とうにゅう ★パイコン さとう 淡口しょうゆ みそ こしょう かたくり粉 ■ほうれん草のさげ和え ほうれん草 コン ■サゲブレイク さとう 淡口しょうゆ ■マスカットゼリー かびの素(マスカット) ■カリフラワーのみそ汁 カリフラワー あぶらあげ カットわかめ 混合削りぶし みそ</p> 
	小麦) ピーファンに変更 小麦) ミートボールに変更	じゃがいも) はるさめは入れない	アレルギー対応はありません	魚類) 鶏ミンチに変更	じゃがいも) じゃがいも・かたくり粉は入(魚類) 鮭フレークは入れない
3時	<p>■ミルククリームパン こめ粉 コーンスターチ とうにゅう 水 さとう しお キャノーラ油 ベーキングパウダー とうにゅう さとう コーンスターチ アレルギー対応はありません</p>	<p>■焼きポテト(コンソメ) ポテト ★パイコン パセリ缶</p>	<p>■ケチャップライスおにぎり 米 コーン 淡口しょうゆ マーガリン ★パイコン ケチャップ</p>	<p>■米粉のにんじんケーキ にんじん こめ粉 コーンスターチ とうにゅう 水 さとう しお キャノーラ油 ベーキングパウダー</p>	<p>■とうふナゲット 鶏ひき肉 木綿とうふ たまねぎ 鶏がらスープ かたくり粉 キャノーラ油 ケチャップ</p>
	アレルギー対応はありません	じゃがいも) おにぎりに変更	アレルギー対応はありません	アレルギー対応はありません	じゃがいも) おにぎりに変更
	I1料) - 472kcal 蛋白質 19.5g 脂質 15.4g 加糖 117mg 鉄 2.1mg 食塩 2.3g	I1料) - 383kcal 蛋白質 14.7g 脂質 9.8g 加糖 83mg 鉄 1.8mg 食塩 1g	I1料) - 507kcal 蛋白質 18.9g 脂質 10.1g 加糖 78mg 鉄 2.4mg 食塩 1.5g	I1料) - 479kcal 蛋白質 17.8g 脂質 16.6g 加糖 112mg 鉄 2mg 食塩 1.6g	I1料) - 425kcal 蛋白質 20.2g 脂質 11.2g 加糖 109mg 鉄 2.3mg 食塩 1.8g

	25	26	27	28	29
	<p>■*満足(年長1期)* ■ごはん 米 ■マーボー豆腐 木綿とうふ 豚ひき肉 たまねぎ にんじん だいず華粒状 しょうが にんにく キャノーラ油 こしょう 赤だしみそ みそ 鶏がらスープ さとう 濃口しょうゆ かたくり粉 青ねぎ ■フライドポテト ポテト しお パセリ缶 キャノーラ油 ■きゅうりのナムル きゅうり 黄パプリカ カットわかめ さとう 淡口しょうゆ 白ごま ごま油 ■はるさめスープ はるさめ ★さつまあげ さやいんげん 混合削りぶし しお 淡口しょうゆ 鶏がらスープ</p>	<p>■*満足(年長2期)* ■ハヤシライス 米 ふたにく きゅうにく たまねぎ にんじん だいず華粒状 ★中濃ソース クチャップ さとう キャノーラ油 マーガリン ■ハヤシルー ★パイコン ■おくらのツナサラダ おくら ツナ缶 赤パプリカ さとう 淡口しょうゆ ■いちごゼリー ストロベリー かびの素(いちご) かんてん さとう</p> 	<p>■ごはん 米 ■塩ダレチキン とりにく りょうり酒 レモン果汁 鶏がらスープ 濃口しょうゆ さとう にんにく しょうが こしょう しお キャノーラ油 ■大豆とひじきの煮物 だいず水煮 ひじき にんじん きぬさや だしパック さとう 淡口しょうゆ ■ピーマンの和え物 ピーマン ほうれん草 ハム さとう 淡口しょうゆ 穀物酢 キャノーラ油 ■だいこんのみそ汁 だいこん ごぼう カットわかめ 混合削りぶし みそ</p>	<p>■*おたんじょう会* ■ごはん 米 ■ぶた肉の中巻炒め ふたにく りょうり酒 はくさい たまねぎ にんじん ピーマン しょうが キャノーラ油 鶏がらスープ 淡口しょうゆ りょうり酒 こしょう かたくり粉 ■ちくわの磯辺焼き ★ちくわ こめ粉 あおさ ★和風だし顆粒 ★卵不使用マヨネーズ ■湯えい フロッコリー 淡口しょうゆ さとう ■ピーチゼリー かびの素(ピーチ) ■あつあげのみそ汁 あつあげ えのき 豆腐 混合削りぶし みそ</p>	<p>■ごはん 米 ■白身魚のカレータツタ ホキ りょうり酒 さとう 濃口しょうゆ カレー粉 にんにく かたくり粉 ■粉ふきいも じゃがいも しお あおさ ■いんげんのおかか和え さやいんげん きゃべつ かつおぶし さとう 濃口しょうゆ ■こまつなのみそ汁 こまつな たまねぎ あぶらあげ 混合削りぶし みそ</p> 
	じゃがいも) コーンスターチに変更 じゃがいも) ミニゼリーに変更 じゃがいも) ピーファンに変更	小麦) 米粉のハヤシルーに変更 魚類) ツナ缶は入れない	アレルギー対応はありません。	じゃがいも) かたくり粉は入れない	じゃがいも) 米粉パウダーに変更 じゃがいも) ミニゼリーに変更
3時	<p>■あんまん こめ粉 さとう ベーキングパウダー とうにゅう キャノーラ油 こしあん</p>	<p>■さつまいもスティック さつまいも キャノーラ油 しお</p>	<p>■こんぶおにぎり 米 塩こんぶ</p>	<p>■とうふ入り抹茶の米粉ケーキ 米 木綿とうふ こめ粉 かたくり粉 ベーキングパウダー 抹茶缶 キャノーラ油 さとう</p>	<p>■にんじんドーナツ にんじん 木綿とうふ かたくり粉 しらたま粉 さとう キャノーラ油</p>
	アレルギー対応はありません。	アレルギー対応はありません。	アレルギー対応はありません。	じゃがいも) おにぎりに変更	じゃがいも) おにぎりに変更
	I1料) - 497kcal 蛋白質 18.4g 脂質 12.7g 加糖 137mg 鉄 2.7mg 食塩 1.7g	I1料) - 508kcal 蛋白質 14.5g 脂質 18.2g 加糖 102mg 鉄 1.8mg 食塩 1.5g	I1料) - 512kcal 蛋白質 18.9g 脂質 11.4g 加糖 81mg 鉄 2mg 食塩 1.5g	I1料) - 443kcal 蛋白質 17.3g 脂質 11.4g 加糖 123mg 鉄 2.1mg 食塩 1.2g	I1料) - 416kcal 蛋白質 17.8g 脂質 5.4g 加糖 101mg 鉄 2.2mg 食塩 1.3g

