

# 給食ニュース 2022年11月号 認定こども園ぶどうの木竜ヶ崎幼稚園

間食	昼食献立	材料	このように配膳します
1日(火)	あんかけ焼きそば	焼きそば麺、豚肉、白菜、人参、もやし、玉ねぎ、しめじ、小松菜、醤油、みりん、塩、中華あじ、片栗粉	<p>あんかけ焼きそば おろし みそ汁</p>
塩昆布おにぎり	オレンジ寒天 みそ汁	オレンジジュース、砂糖、寒天 味噌、キャベツ、人参、油揚げ、さつま芋、かつおぶし	
2日(水)	お弁当の日 給食希望の方の献立		給食室でお弁当箱に詰めます
芋煮しパン	ハムと小松菜の混ぜご飯 ウィンナーソーテー 大根サラダ わかめスープ	米、小松菜、ハム、卵、中華あじ、醤油、塩 ウィンナー、油 大根、人参、キュウリ、ハム、マヨネーズ、塩 わかめ、玉ねぎ、ベーコン、コンソメ、塩	
4日(金)	ごはん 鶏肉と根野菜の煮物	鶏肉、大根、人参、蓮根、ごぼう、こんにゃく、厚揚げ、いんげん、醤油、砂糖、みりん	<p>煮物 サラダ みそ汁</p>
チキンライスおにぎり	さつま芋サラダ みそ汁	さつま芋、マカロニ、人参、キュウリ、ハム、マヨネーズ、塩 味噌、白菜、人参、高野豆腐、かつおぶし	
5日(土)	土曜保育 お弁当になります		
午前:牛乳			
午後:バナナ			
7日(月)	ごはん 炒り豆腐	米 豆腐、鶏ひき肉、玉ねぎ、人参、醤油、砂糖、酒	<p>炒り豆腐 ポテト みそ汁</p>
鮭おにぎり	ポテトコーン みそ汁	じゃが芋、人参、クリームコーン、青のり、塩 味噌、大根、人参、小松菜、かつおぶし	
8日(火)	ごはん 白身魚のフライ	米 タラ、小麦粉、卵、パン粉、油	<p>白身魚のフライ サラダ みそ汁</p>
あんこサンド	付け合わせ 和風タルタルソース もやしスープ	キャベツ、キュウリ 卵、ネギ、塩昆布、らっきょうの甘酢漬、マヨネーズ もやし、玉ねぎ、人参、中華あじ、塩	
9日(水)	お弁当の日 給食希望の方の献立		給食室でお弁当箱に詰めます
午後:煮かし芋	ごはん 豚肉の醤油焼焼き もやしとツナの和え物 みそ汁	米 豚肉、玉ねぎ、醤油、醤油、みりん、油 もやし、人参、ツナ、キュウリ、すりごま、醤油 味噌、玉ねぎ、わかめ、えのき茸、かつおぶし	
10日(木)	トマトときのこのスパゲティ	スパゲティ、ツナ、玉ねぎ、しめじ、ホールトマト、ケチャップ、塩	<p>スパゲティ 大学芋</p>
ゆかりおにぎり	大学芋 野菜スープ	さつま芋、砂糖、醤油、みりん、油、ごま キャベツ、人参、玉ねぎ、コンソメ、塩	
11日(金)	ごはん ミートボール煮込み	米 豚ひき肉、玉ねぎ、パン粉、人参、しめじ、ハヤシルー	<p>ミートボール サラダ みそ汁</p>
カレーピラフおにぎり	マカロニサラダ みそ汁	マカロニ、人参、キュウリ、ハム、マヨネーズ、塩 味噌、玉ねぎ、なめこ、豆腐、かつおぶし	

間食	昼食献立	材料	このように配膳します
12日(土)	土曜保育 お弁当になります		
午前:牛乳			
午後:ロールパン			
14日(月)	ごはん 親子煮	米 鶏肉、玉ねぎ、卵、人参、ごぼう、干しいたけ、醤油、酒、砂糖	<p>親子煮 サラダ みそ汁</p>
焼きそば	野菜のゆかり和え お吸い物	白菜、人参、キュウリ、ゆかり粉、塩 玉ねぎ、豆腐、わかめ、はんぺん、醤油、かつおぶし、みりん	
15日(火)	ごはん 鯖の味噌煮	米 鯖、生姜、味噌、醤油、酒、砂糖、みりん	<p>鯖の味噌煮 サラダ みそ汁</p>
塩昆布おにぎり	野菜のごまおかか和え 豚汁	キャベツ、人参、キュウリ、かつおぶし、醤油、すりごま 味噌、豚肉、大根、人参、白菜、里芋、こんにゃく、ネギ、かつおぶし	
16日(水)	もつとカーニバル！！		
人参煮しパン	きのこの混ぜご飯 青菜のお吸い物	米、しめじ、えのき茸、しいたけ、人参、油揚げ、いんげん、醤油、みりん、砂糖 玉ねぎ、小松菜、豆腐、醤油、みりん、かつおぶし	
17日(木)	ごはん 高野豆腐のフライ	米 高野豆腐、卵、小麦粉、パン粉、油、ソース	<p>高野豆腐のフライ サラダ みそ汁</p>
鮭わかめおにぎり	キャベツ 切干大根の煮物 みそ汁	キャベツ 切干大根、人参、大豆、さつま揚げ、醤油、砂糖、みりん 味噌、玉ねぎ、人参、さつま芋、油揚げ、かつおぶし	
18日(金)	収穫感謝クッキング なんでもカレー		
おかかおにぎり			
19日(土)	土曜保育 お弁当になります		
午前:牛乳			
午後:スティックパン			
21日(月)	ごはん 肉豆腐	米 豚肉、豆腐、玉ねぎ、人参、醤油、酒、砂糖	<p>肉豆腐 サラダ みそ汁</p>
ポテトフライ	スパゲティサラダ みそ汁	スパゲティ、キャベツ、人参、キュウリ、ツナ、すりごま、醤油、みりん 味噌、白菜、人参、ふ、かつおぶし	
22日(火)	さつま芋ごはん 鶏の塩焼揚げ 大根サラダ (ツナドレッシング)	米、さつま芋、ごま塩 鶏肉、塩、片栗粉、油 大根、キュウリ ツナ、玉ねぎ、マヨネーズ、すりごま、醤油	<p>さつま芋ごはん サラダ みそ汁</p>
ジャムパン	みそ汁	味噌、玉ねぎ、豆腐、なめこ、かつおぶし	

間食	昼食献立	材料	このように配膳します
24日(木)	ロールパン フランスパン ウィンナーソーテー 温野菜サラダ	ロールパン フランスパン ウィンナー、油 キャベツ、ブロッコリー、人参、さつま芋 マヨネーズ、ケチャップ	<p>ロールパン フランスパン サラダ みそ汁</p>
ひじきごはんおにぎり	(オーロラソース) クリームシチュー	鶏肉、人参、玉ねぎ、じゃが芋、小麦粉、バター、牛乳、コンソメ、塩	
25日(金)	ごはん 青菜の納豆和え	米 ひきわり納豆、小松菜、醤油、かつおぶし、みりん	<p>納豆和え 野菜スティック みそ汁</p>
そばろおにぎり	白身魚の竜田揚げ 野菜スティック (味噌マヨネーズ) かき玉汁	白身魚、小麦粉、油 大根、人参、キュウリ 味噌、マヨネーズ、みりん 玉ねぎ、人参、卵、醤油、みりん、かつおぶし、片栗粉	
26日(土)	土曜保育 お弁当になります		
午前:牛乳			
午後:あんこパン			
28日(月)	ハヤシライス コールスローサラダ	米、豚肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋、しめじ、ハヤシルー キャベツ、人参、キュウリ、ハム、コン、酢、油、塩	<p>ハヤシライス サラダ</p>
ジャムパン			
29日(火)	ごはん 手作りふりかけ	米 わかめ、すりごま、かつおぶし粉、青のり、塩	<p>手作りふりかけ サラダ みそ汁</p>
さつま芋おにぎり	揚げワンタン カレーもやし もずくスープ	ワンタン皮、鶏ひき肉、人参、玉ねぎ、チーズ、油 もやし、人参、キュウリ、ツナ、カレー粉、コンソメ、塩 もずく、玉ねぎ、えのき茸、卵、中華あじ、塩	
30日(水)	午前保育 預かり保育 お弁当の日 給食希望の方の献立		給食室でお弁当箱に詰めます
鮭おにぎり	ごはん 煮魚 野菜のおかか和え みそ汁	米 赤魚、生姜、醤油、酒、砂糖、みりん 白菜、人参、キュウリ、かつおぶし、醤油 味噌、大根、人参、小松菜、かつおぶし	

## 材料

- ・さつま芋.....2本
- ・砂糖.....大5
- ・水.....大2
- ・みりん.....大1
- ・醤油.....小1
- ・黒ゴマ
- ・揚げ油

## 大学芋

- ①さつま芋は良く洗い、乱切りにして10分位水に浸しておく
- ②さつま芋をキッチンペーパーなどで水気を取り、油で揚げます
- ③②をしている間に鍋に砂糖、水、みりんを入れて、煮詰めます。トロトロになってきたら醤油を加えておきます
- ④竹串で火が通ったか確認し、カリッと揚がった芋を②に絡めて黒ごまをふって完成！