KOSE HOIKUEN

11月 予定献立表

巨勢保育園

令和8年11月1日

日付	曜日	昼　食	3時おやつ	未満児追加食		つぼみ献立
				10時	昼食	
2日	月曜	コッペパン 魚のチーズ焼き 野菜サラダ スープ フルーツ	牛乳 お菓子	牛乳	南瓜煮	お粥　焼き魚　和え物 スープ　フルーツ
3日	火曜	文　化　の　日				
4日	水曜	麦ご飯　タンドリーチキン 胡瓜とトマトの和え物 えのきのすまし汁 いりこ	牛乳 フルーツ	牛乳	切干し大根煮	お粥　肉団子　野菜煮 すまし汁　フルーツ
5日	木曜	チキンカレーライス マカロニサラダ　フルーツ	スキムヨーグルト	牛乳	炒り卵	お粥　鶏肉煮　サラダ スープ　フルーツ
6日	金曜	麦ご飯 魚のカレー焼き 筑前煮 味噌汁 いりこ	おにぎり	牛乳	トマト	お粥　煮魚　じゃが芋煮　味噌汁　フルーツ
7日	土曜	チャンポン フルーツ	牛乳 お菓子	牛乳	煮魚	具だくさんそうめん フルーツ
9日	月曜	ジャムパン　鮭のマヨネーズ焼き ツナサラダ スープ フルーツ	牛乳 お菓子	牛乳	マッシュポテト	お粥　焼き鮭　サラダ スープ　フルーツ
10日	火曜	麦ご飯 鶏肉の味噌焼き もやしのナムル すまし汁 いりこ	牛乳 マドレーヌ	牛乳	マカロニソテー	お粥　鶏肉焼き　芋煮 すまし汁　フルーツ
11日	水曜	麦ご飯 魚のニンニク焼き キッシュ スープ いりこ	スキムヨーグルト	牛乳	レバーのきな粉まぶし	お粥　蒸し魚　和え物 味噌汁　フルーツ
12日	木曜	**お誕生会**　混ぜご飯 豚肉のパン粉焼き 野菜添え すまし汁　フルーツ　ゼリー	牛乳 フルーツ	牛乳	煮豆	野菜粥　豚煮　野菜煮 すまし汁　フルーツ
13日	金曜	麦ご飯 魚のトマト煮 しらすと胡瓜の酢の物 すまし汁 いりこ	焼き芋	牛乳	高野豆腐の煮物	お粥　煮魚　和え物 すまし汁　フルーツ
14日	土曜	親子うどん フルーツ	牛乳 お菓子	牛乳	厚揚げ煮	親子うどん　フルーツ
16日	月曜	コッペパン 魚のタルタルソースかけ 野菜添え スープ フルーツ	牛乳 お菓子	牛乳	じゃがバター	お粥　焼き魚　和え物 スープ　フルーツ
17日	火曜	麦ご飯 鶏肉のごま味噌焼き 切干大根煮 えのきのすまし汁 いりこ	プリン	牛乳	ほうれん草の白和え	お粥　鶏肉煮　野菜煮 スープ　フルーツ
18日	水曜	麦ご飯 魚の香味照り焼き　ポテトサラダ 味噌汁 いりこ	スキムミルク フルーツ	牛乳	卵焼き	お粥　煮魚　和え物 味噌汁　フルーツ
19日	木曜	コーンライス 鶏肉のから揚げ 野菜炒め スープ フルーツ	スキムヨーグルト	牛乳	炒り豆腐	野菜粥　鶏団子　芋煮 スープ　フルーツ
20日	金曜	麦ご飯 魚の甘酢あん 根菜の煮物 味噌汁　いりこ	牛乳 卵サンド	牛乳	スパゲティサラダ	お粥　蒸し魚　豆腐煮 すまし汁　フルーツ
21日	土曜	にゅうめん フルーツ	牛乳 お菓子	牛乳	魚の照焼き	にゅうめん　フルーツ
23日	月曜	勤　労　感　謝　の　日				
24日	火曜	クリームパン 鮭と野菜のミルク煮 野菜サラダ スープ フルーツ	牛乳 トマト蒸しパン	牛乳	スクランブルエッグ	お粥　焼き鮭　サラダ スープ　フルーツ
25日	水曜	麦ご飯　和風ハンバーグ　白和え すまし汁 いりこ	牛乳 フルーツ	牛乳	きゅうりとトマトのサラダ	お粥　煮魚　芋煮 すまし汁　フルーツ
26日	木曜	三色そぼろ丼 ほうれん草のごま和え すまし汁 フルーツ	牛乳 お菓子	牛乳	卵の花炒り	そぼろ粥　野菜和え すまし汁　フルーツ
27日	金曜	麦ご飯 魚の照り焼き 酢の物 味噌汁 いりこ	牛乳ゼリー	牛乳	肉じゃが	お粥　煮魚　南瓜煮 豚汁　フルーツ
28日	土曜	ラーメン　フルーツ	牛乳 お菓子	牛乳	芋煮	スパゲティ　フルーツ
30日	月曜	コッペパン 魚の菜の花焼き 野菜添え スープ フルーツ	牛乳 お菓子	牛乳	マカロニソテー	お粥　蒸し魚　野菜煮 スープ　フルーツ

✨✨保育園では素材のうまみを活かした適塩の給食作りをしています。
今回は、トマト蒸しパンをご紹介します。

🍎🍎トマト蒸しパンの作り方🍎🍎

☆材料☆

6人分

ホットケーキミックス粉	120ｇ
トマトジュース（食塩無）	120ml
ピザ用チーズ	30ｇ

☆作り方☆

①ボウルにホットケーキミックス粉とトマトジュースを入れて、粉っぽさがなくなるまでよく混ぜる。
②カップに①を流し込み、表面を平らにして空気を抜く。
③チーズを散らし、10～15分程度蒸す。