



11月の給食だより

今年も岩津ネギを使ったメニューが登場します!!



朝来市の特産品「岩津ねぎ」

「岩津ねぎ」は江戸時代に生野銀山の採掘に携わっていた人々の、冬の栄養源として栽培が始まったとされている歴史ある但馬の特産品です。

白ねぎと青ねぎの中間に位置するねぎで、白ねぎにはないゆたかな香り、甘さと柔らかさが大きな特徴です。鍋物にすると、トロリとした柔らかさが楽しめるほか、焼いたり、天ぷらにすると口の中に広がる甘みを味わえます。保育園でも子どもたちが食べやすいように、ねぎソースやお汁などのメニューに登場します。朝来市の旬の食材を味わいましょう。

昼夜の寒暖の差もだんだんと大きくなり、少しずつ冬の訪れを感じる頃となりました。今月の給食はさつまいも掘りで収穫された、さつまいもをたくさん使ったメニューに、シチューや冬野菜のスープ、カレーうどんなど身体を温める献立を取り入れています。たくさん食べて、冬本番を元気に迎えられるようにしたいですね。



4(月) 振替休日	5(火)	6(水)	7(木)	8(金)	9(土)
<p>11月6日は、園の非常食カレーを使う予定です。 枚田みのり保育園では、カレーの他に五目ごはんなども非常食として置いています。 適時、子どもたちに非常食の味を体験してもらいたいと思っています。</p> 	<p>ご飯・包まないお豆腐シウマイ 大根とツナの煮物・すまし汁(小松菜・えのき) ☆ 精白米 ☆ しゅうまいの皮 ぶたひき肉 木綿豆腐 たまねぎ にんじん ゆでたけのごま油 ☆ だいこん たまねぎ にんじん まぐろ油漬缶詰 ☆ こまつな えのき にんじん たまねぎ 切干し 牛乳・わかめおにぎり ☆ 普通牛乳 ☆ 精白米 カットわかめ</p>	<p>ご飯・ドライカレー コンソメスープ・バナナ ☆ 精白米 ☆ ぶたひき肉 たまねぎ にんじん ☆ かぼちゃ たまねぎ ほうれんそう にんじん ☆ バナナ 牛乳・ジャムサンド ☆ 普通牛乳 ☆ 食パン いちごジャム</p>	<p>ご飯・肉豆腐・かぼちゃのオープン焼き すまし汁(切干大根)・納豆 ☆ 精白米 ☆ 納豆 ☆ ぶたもも 木綿豆腐 はくさい たまねぎ にんじん 長ねぎ ごぼう ☆ かぼちゃ プロセスチーズ ☆ 切干し にんじん たまねぎ キャベツ 青ねぎ 牛乳・ミルクゼリー ☆ 普通牛乳 ☆ 普通牛乳 三温糖 寒天 冰糖みつ</p>	<p>ご飯・カレーのもみじ焼き ほうれん草のごま和え・みそ汁(じゃがいも) ☆ 精白米 ☆ かれい にんじん マヨネーズ ☆ キャベツりょうとうもやし にんじん ほうれんそう ☆ じゃがいも たまねぎ にんじん 青ねぎ 牛乳・プレーンラスク ☆ 普通牛乳 ☆ ロールパン 有塩バター 砂糖</p>	<p>ご飯・豚じゃが・おかか和え みそ汁(えのき) ☆ 精白米 ☆ ぶたもも にんじん じゃがいも たまねぎ ☆ かつお節 キャベツ にんじん りょうとうもやし ☆ 木綿豆腐 たまねぎ にんじん えのき こまつな お茶・フルーチェ ☆ 麦茶 ☆ 普通牛乳 フルーチェ</p>
11(月)	12(火)	13(水)	14(木)	15(金)	16(土)
<p>ご飯・鮭のカレーマヨ焼き マカロニのケチャップソテー・シチュー ☆ 精白米 ☆ さけ カレー粉 マヨネーズ ☆ マカロニ トマトホール缶詰 にんじん たまねぎ トマトケチャップ 青ピーマン ☆ 白菜 人参 たまねぎ ほうれんそう シチュールウ 牛乳・りんごどさつまいものケーキ ☆ 普通牛乳 ☆ ホットケーキミックス りんご さつまいも</p>	<p>ご飯・きゃべつの中巻卵焼き 白菜とひき肉の煮物・みそ汁(かぼちゃ) ☆ 精白米 ☆ 鶏卵 木綿豆腐 キャベツ たまねぎ にんじん えのきたけ ごま油 ☆ はくさい たまねぎ にんじん ぶたひき肉 ☆ かぼちゃ にんじん たまねぎ ほうれんそう お茶・ココアクッキー ☆ 麦茶 ☆ ビュアココア 薄力粉 有塩バター 砂糖</p>	<p>ご飯・鶏肉のから揚げ 春雨の酢の物・冬野菜のスープ ☆ 精白米 ☆ 鶏もも おろししょうが・にんにく 片栗粉 なたね油 ☆ はるさめ キャベツ にんじん きくらげ ☆ だいこん はくさい こまつな にんじん 長ねぎ 牛乳・カルピスゼリー ☆ 普通牛乳 ☆ 乳酸菌飲料 普通牛乳 みかん缶詰 粉寒天</p>	<p>わかめおにぎり・ハンバーグ ポテトサラダ・コンソメスープ  ☆ 精白米 カットわかめ ☆ 牛ひき肉 ぶたひき肉 木綿豆腐 たまねぎ にんじん トマトケチャップ ☆ じゃがいも にんじん ブロッコリー ツナ マヨ ☆ キャベツ にんじん たまねぎ ほうれんそう ヤクルト・お菓子 ☆ 乳酸菌飲料 ☆ サラダせんべい</p>	<p>ご飯・さわらの生姜煮・健康ふりかけ ブロッコリーの塩炒め・みそ汁(大根) ☆ 精白米 ☆ ゆかり にぼし あおさ ☆ さわらしょうが ☆ ブロッコリー キャベツ たまねぎ にんじん ぶたひき肉 ☆ にんじん たまねぎ だいこん 生揚げ 牛乳・スイートポテト ☆ 普通牛乳 ☆ さつまいも 有塩バター 鶏卵</p>	<p>ご飯・豚肉の甘辛丼・かぼちゃサラダ すまし汁(豆腐) ☆ 精白米 ☆ ぶたもも たまねぎ にんじん さやいんげん ☆ かぼちゃ キャベツ にんじん マヨネーズ ☆ にんじん たまねぎ えのきたけ 青ねぎ 木綿豆腐 お茶・莓ソースヨーグルト ☆ 麦茶 ☆ プレーンヨーグルト いちごジャム</p>
18(月)	19(火)	20(水)	21(木)	22(金)	23(土) 勤労感謝の日
<p>さつまいもご飯・鯛のごま焼き 白菜のおかか和え・みそ汁(えのき) ☆ 精白米 さつまいも ☆ さば ごま ☆ はくさい りょうとうもやし にんじん こまつな 削り節 ☆ にんじん たまねぎ えのきたけ 木綿豆腐 青ねぎ 牛乳・みかんケーキ ☆ 普通牛乳 ☆ ホットケーキミックス みかん缶詰</p>	<p>ご飯・厚揚げと白菜の煮物 野菜のソテー・カレーうどん ☆ 精白米 ☆ 生揚げ はくさい にんじん ぶたひき肉 ☆ キャベツ たまねぎ こまつな にんじん ぶたひき肉 ☆ うどん たまねぎ にんじん ぶなしめじ 青ねぎ 牛乳・バナナ・小魚 ☆ 普通牛乳 ☆ バナナ ☆ にぼし 油 砂糖 ごま</p>	<p>ご飯・カレーの照り焼き さつまいものかきあげ・すまし汁(豆腐) ☆ 精白米 ☆ かれい ☆ さつまいも たまねぎ にんじん 長ねぎ なたね油 天ぷら粉 ☆ 木綿豆腐 青ねぎ にんじん たまねぎ 切干し 牛乳・りんごゼリー ☆ 普通牛乳 ☆ りんごジュース 寒天 りんご</p>	<p>ご飯・マカロニグラタン・野菜のマリネ 白菜のスープ ☆ 精白米 ☆ マカロニ たまねぎ にんじん ブロッコリー 鶏もも 普通牛乳 チーズ ☆ キャベツ りょうとうもやし にんじん パプリカ ☆ はくさい たまねぎ こまつな にんじん 牛乳・鮭のおにぎり ☆ 普通牛乳 ☆ 精白米 さけいりごま</p>	<p>ご飯・お好み焼き風卵焼き ひじきサラダ・みそ汁(さつまいも) ☆ 精白米 ☆ 鶏卵 木綿豆腐 キャベツ たまねぎ 人参 お好み焼きソース あおさ かつお節 ☆ 乾ひじき にんじん キャベツ マヨネーズ ☆ さつまいも にんじん たまねぎ 青ネギ 牛乳・フルーツサンド ☆ 普通牛乳 ☆ 食パン ホイップクリーム バナナ みかん缶詰</p>	<p>11月14日(木)は  です 幼児クラスは雨天でもお弁当の用意をお願いします 乳児クラスは通常通り給食があります </p>
25(月)	26(火)	27(水)	28(木)	29(金)	30(土)
<p>ご飯・中華丼・さつまいものバターソテー チンゲン菜ともやしのスープ・バナナ ☆ 精白米 ☆ ぶたもも はくさい たまねぎ こまつな にんじん ごま油 ☆ さつまいも 有塩バター 砂糖 ☆ チンゲンサイ りょうとうもやし たまねぎ にんじん 牛乳・レモンラスク ☆ 普通牛乳 ☆ ロールパン 有塩バター レモン 砂糖</p>	<p>ご飯・さばの塩こうじ焼き・ 切干し大根の煮物・すまし汁(豆腐) ☆ 精白米 ☆ さば 米こうじ ☆ 切干しだいこん にんじん さやいんげん ☆ 木綿豆腐 こまつな にんじん たまねぎ 牛乳・りんご・きなごマカロニ ☆ 普通牛乳 ☆ りんご ☆ マカロニ きな粉 砂糖</p>	<p>ご飯・健康ふりかけ・レンコン入りつくね・ 三色ナムル・ジャガイモのミルクスープ ☆ 精白米 ☆ ゆかり にぼし あおさ ☆ ぶたひき肉 木綿豆腐 れんこん にんじん たまねぎ ☆ キャベツ りょうとうもやし ほうれんそう にんじん ☆ じゃがいも たまねぎ にんじん ブロッコリー 牛乳 青ねぎ 牛乳・フルーツ牛乳ゼリー ☆ 普通牛乳 ☆ フルーツ牛乳 粉寒天 ホイップクリーム</p>	<p>ご飯・親子丼・ブロッコリーの ゴマ和え・けんちん汁 ☆ 精白米 ☆ 鶏もも 鶏卵 にんじん たまねぎ 糸みつば ☆ ブロッコリー にんじん キャベツ いりごま ☆ だいこん はくさい にんじん ごぼう 木綿豆腐 青ねぎ 牛乳・さつまいもクッキー ☆ 普通牛乳 ☆ 薄力粉 有塩バター 砂糖 さつまいも</p>	<p>ご飯・鮭の岩津ネギソース  ペイクドじゃが・豆乳ゴマ味噌汁 ☆ 精白米 ☆ さけ 長ねぎ おろしにんにく ☆ じゃがいも あおさ ☆ かぼちゃ たまねぎ にんじん ほうれんそう 豆乳 いりごま 牛乳・ツナマヨトースト ☆ 普通牛乳 ☆ ロールパン まぐろ油漬缶詰 マヨネーズ</p>	<p>ゆかりごはん・ミートソーススパゲティ じゃがいもとツナの煮物・野菜スープ ☆ 精白米 ☆ マカロニ・スパゲティ 牛ひき肉 トマトホール たまねぎ にんじん ☆ じゃがいも たまねぎ にんじん まぐろ油漬缶詰 ☆ キャベツ 玉ねぎ にんじん こまつな 牛乳・ココアケーキ ☆ 普通牛乳 ☆ ホットケーキミックス 純ココア</p>