



11月夕飯献立

H26. 11.1

たかさご保育園 キッチン

17 (月)	ごはん、味噌汁 鶏の照り焼き マッシュポテト	大根、人参、油揚げ 鶏肉 じゃがいも、コーン
4・18 (火)	ごはん、すまし汁 かじきの味噌煮 野菜のさっぱり和え	大根、長ねぎ、麩 かじき 人参、もやし、しめじ
5・19 (水)	ごま塩ごはん 肉豆腐 味噌汁	豚肉、木綿豆腐、長ねぎ 人参、かぼちゃ、小松菜
6・20 (木)	ごはん 春巻き 具たくさん野菜スープ	豚ひき肉、えび、人参、玉ねぎ、春雨、春巻きの皮 人参、大根、えのき、白菜、長ねぎ
7・21 (金)	食パン 煮込みハンバーグ 豆腐のスープ	豚ひき肉、玉ねぎ、ホールトマト缶 人参、玉ねぎ、木綿豆腐
10 (月)	ごはん、味噌汁 鮭フライ ナムル	大根、キャベツ 生鮭、パン粉 人参、もやし、わかめ
11・25 (火)	豚そぼろごはん えび入りギョーザ 味噌汁	えび、玉ねぎ、キャベツ、長ねぎ、ギョーザの皮 人参、玉ねぎ、じゃがいも
12・26 (水)	鮭ごはん ジャーマンポテト焼き 野菜スープ	ウインナー、玉ねぎ、じゃがいも、コーン、粉チーズ 人参、玉ねぎ、えのき、かぼちゃ
13・27 (木)	鶏ひき肉と野菜の和風スパゲティー かぼちゃの甘煮 すまし汁	鶏ひき肉、人参、玉ねぎ、えのき、しめじ、ほうれん草 スパゲティー かぼちゃ 人参、長ねぎ、麩
14・28 (金)	ぶどうパン かじきとポテトのケチャップ煮 コーンスープ	かじき、じゃがいも ベーコン、人参、玉ねぎ、クリームコーン

※都合によりメニュー・材料が変更になる場合があります。

秋に美味しいきのこのサラダを紹介します♪

材料…ベーコン、人参、えのき、しめじ、油、しょうゆ、さとう、酢、ごま油

作り方①、ベーコンは薄切り、人参は千切りにする。

②、フライパンに油をひき、ベーコン、人参、えのき、しめじを炒める。

③、②に調味料（しょうゆ、さとう、酢）を加え、さらに炒める。

④、火を止めて、ごま油をまわし入れる。



10月の夕飯でとても人気があり、乳児クラスの子ども達も喜んで食べてくれました。お酢を使ったすっぱい味付けですが、酢を加えてさらに炒めることで、すっぱさもまろやかになります。きのこの美味しいこの時期にぜひお試しください。