

平成29年 11月献立表

認定こども園 ソレイユ

月	献立名	3時の	主食	延長保育	月	献立名	3時の	主食	延長保育
		おやつ	<small>未滝児朝おやつ</small>	おやつ			おやつ	おやつ	<small>未滝児朝おやつ</small>
	鶏肉とカブのクリーム煮	牛乳	ごはん	お茶		チキンカレー	牛乳	ごはん	牛乳
13	野菜サラダ	大学芋	牛乳	牛乳寒天	6	ごぼうサラダ	卵サンドイッチ	牛乳	クッキー
27	コーンスープ		コーンフレーク		20	果物		あられ	
火	筑前煮	牛乳	ごはん	牛乳	火	麻婆なす	牛乳	ごはん	牛乳
14	大根のサラダ	バナナ	牛乳	かりんとう	7	白菜のツナ和え	柿	牛乳	ワッフル
28	きのこのすまし汁	クッキー	クラッカー			かぶのみそ汁	かりんとう	ビスコ	
水	魚のハワイアンソース	お茶	1日 ごはん	牛乳	水	鶏肉のさっぱり煮	牛乳	パン	牛乳
1	ひじきの洋風サラダ	リゾット	29日 パン	黒棒	8	ポテトサラダ	りんご	ヨーグルト	チーズ
29	オニオンスープ		ヨーグルト		22	かきたま汁	ビスケット		クラッカー
木	焼き鮭	牛乳	ごはん	牛乳	木	もみじ揚げ	お茶	ごはん	牛乳
2	けんちん汁	みかん	牛乳	焼き	9	ほうれん草の納豆和え	フルーツヨーグルト	牛乳	ミニタルト
16	ごま風味サラダ	せんべい	卵ポーロ	ドーナツ		かぼちゃのみそ汁		せんべい	
30									
金	すき焼き風煮	牛乳	ごはん	牛乳	金	煮魚風	牛乳	ごはん	お茶
17	もやしのみそ汁	アップルケーキ	牛乳	ビスケット	10	添) ブロッコリー	栗のケーキ	牛乳	ハバロア
	オレンジ		野菜スティック (人参)		24	卵入り卵の花炒め	野菜スティック (胡瓜)		
土	木の葉丼	牛乳	ごはん	牛乳	土	クリームスープパゲティ	牛乳	パン	牛乳
4	甘酢キャベツ	ミニパン	牛乳	お菓子	11	ブロッコリーのコーン和え	スイートポテト	牛乳	お菓子
18	バナナ				25		ビスケット		

11月給食だより

秋も深まってきました。食欲の秋ですね。♪
色んな味覚がたのしみな季節でもあります。
園では芋ほりを計画しています。ソレイユ畑で育ったお芋はどんな味?どんな大きさ?どんな形かな?と、わくわく楽しみにしていることもたちです。給食も楽しみにしていて下さいね。

11月24日(いい日本食) 和食の日

日本人の伝統的な食文化について見直し、和食文化の保護・敬称の大切さについて考えるきっかけの日です。

♪ お誕生会メニュー ♪

- ☆ごはん(ごま)
- ☆鶏とさつま芋の揚げ煮
- ☆柿とかぶのサラダ
- ☆サラダ菜・ミニトマト・ウィンナー
- ☆小松菜とえのきのたまごスープ
- ☆果物

網かけのメニューはソレイユオリジナルです。

ソレイユ産さつまいもを使用します。

誕生会 15日
お弁当の日 21日



だしのきいたお汁を! (和食のだしについて)

和食のだしは、昆布やかつおぶしなどのだし素材から短時間で旨味を引き出すことが特徴で、これは世界でも独特な手法です。和食の代表である昆布やかつおぶしは、乾燥させることで旨味が凝縮されているため、長時間かけて煮込む必要がない為です。日本料理のだしの素材は、昆布・干し椎茸などの植物性と、かつお・煮干しなどの動物性に分けられ、それぞれに異なるうまみ成分を持ちます。一般的に、植物性の素材からは、甘みの強いだしが取れ、動物性のだしからは、コクのあるだしが取れます。和食のだしの素晴らしさは、異なる素材のだしを組み合わせることによって相乗効果を生み出し、より美味しさを発揮させるところにあります。ソレイユの給食では、煮干し(いりこ)のお出しで汁物を、かつおぶしや昆布で煮物類を作っています。給食室の外にもお出しの香りが広がって、お腹がすいた子ども達が、作る様子を見に来てくれますよ。ご自宅でも、お好みのお出しで、旬の素材を使ったおいしいお汁を作ってみてくださいね。