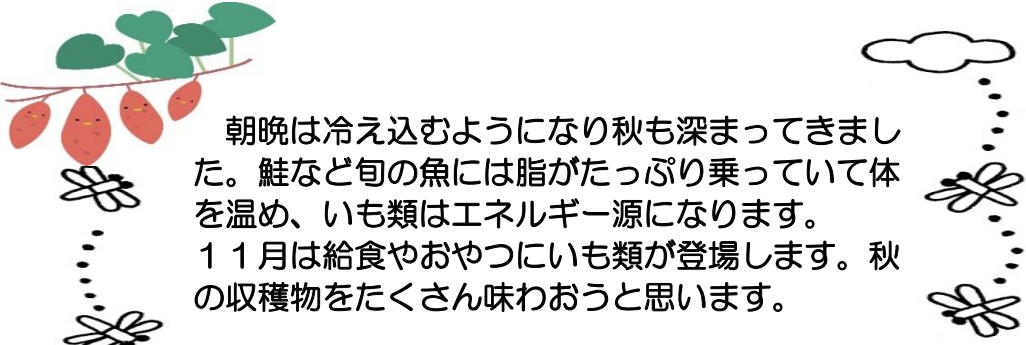
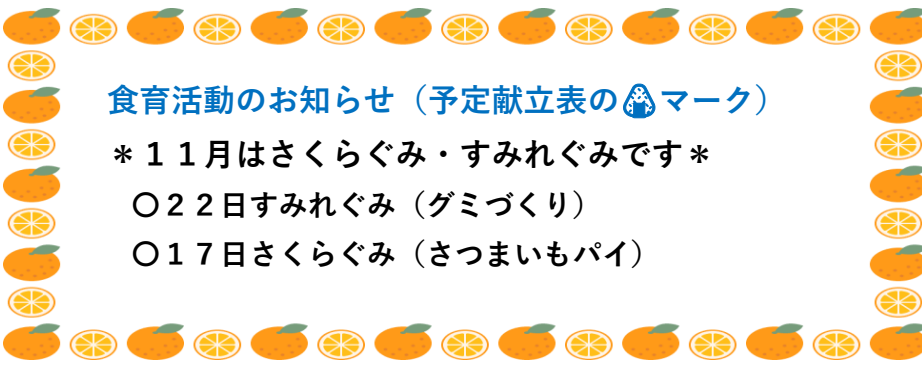


日	行事	献立名	おもな調理法	食 品 名				おやつ	
				からだをだつくる	熱や力のもとになる	からだの調子を整える	調味料など	午前（未満児）	午後
1（月）		ご飯／かぼちゃコロツケ 豆腐の味噌汁 バナナ	揚	豚ひき肉 卵 豆腐 みそ いりこ	こめ／小麦粉 パン粉 油	玉ねぎ 人参 コーン缶 かぼちゃ レタス トマト えのき 白菜 こねぎ バナナ	こしょう	牛乳 ビスケット	フルーツゼリー ◎クッキー
2（火）		なすとひき肉のスパゲティ パン／クリームスープ ナシ	炒	豚・牛ひき肉 たまご	スパゲティ 油 コッパパン／じゃが芋	なす 玉ねぎ ピーマン 人参 玉ねぎ 人参 コーン缶 なし	ケチャップ クリームシチュー	牛乳 ぼうろ	スキムミルク おいもフライ
3（水）	祝日	 文 化 の 日							
4（木）		ご飯／ひじきと大豆の煮物 そーめん汁 りんご	煮	鶏肉 ひじき 大豆 かまぼこ いりこ	こめ／こんにゃく 油 三温糖 そうめん	人参 人参 こねぎ りんご	淡口醤油 濃口醤油 淡口醤油	牛乳 バナナ	スキムミルク メロンパン トースト
5（金）		ポークカレー ゴマネーズ フルーツゼリー	煮	豚肉 ツナ缶	こめ じゃが芋 ごま マヨネーズ ゼリーの素	人参 玉ねぎ 大根 人参 きゅうり みかん缶 もも缶	カレールウ	牛乳 ビスコ	スキムミルク ヨーグルト マフィン
6（土）		 お ゆ う ぎ 会							
8（月）		ご飯／白身魚フライ（タルタル） もやしの味噌汁 バナナ	揚	メルルーサ たまご 油揚げ みそ いりこ	こめ／小麦粉 パン粉 油 マヨネーズ じゃが芋	玉ねぎ きゅうり レタス トマト もやし こねぎ バナナ	こしょう	牛乳 カステラ	ココアミルク ☆シュガー トースト
9（火）		ご飯／豚ひき肉と春雨の炒め きのこのスープ オレンジ	炒	豚ひき肉 たまご いりこ	こめ／春雨 三温糖 油	キャベツ 玉ねぎ 人参 ピーマン にんにく えのき しいたけ たまねぎ しめじ 人参 こねぎ オレンジ	淡口醤油 濃口醤油 淡口醤油	牛乳 ビスケット	スキムミルク 大学いも
10（水）		タコライス ほうれん草スープ カルピス	炒	牛・豚ひき肉 チーズ かまぼこ たまご いりこ カルピス	こめ じゃが芋	玉ねぎ レタス トマト ほうれん草 えのき 人参	ケチャップ ソース カレー粉 淡口醤油	牛乳 ゼリー	スキムミルク きなこマカロニ
11（木）	誕生会	鮭もみじご飯 鶏肉からあげ／わかめスープ マカロニサラダ／みかん	揚	さけ 鶏肉／わかめ たまご ロースハム	こめ 三温糖 片栗粉 油 マカロニ	人参 えのき 人参 玉ねぎ きゅうり コーン缶 レタス ／みかん	食塩 酒 淡口醤油	ウエハース	スキムミルク スコーン
12（金）		ご飯／☆カジキと大豆の甘辛揚げ ほうれん草和え かぼちゃの味噌汁／ナシ	揚	かじき 大豆 厚揚げ みそ いりこ	こめ／かたくり粉 油 三温糖 三温糖 ピーナッツ ごま	ほうれん草 コーン缶 かぼちゃ しめじ こねぎ 玉ねぎ／なし	淡口醤油 濃口醤油 濃口醤油	牛乳 アスパラガス	スキムミルク ココアマフィン
13（土）		ご飯／豚じゃが 野菜スープ バナナ	煮	豚肉 厚揚げ ベーコン	こめ／じゃが芋 しらたき 油 三温糖	人参 玉ねぎ 玉ねぎ 人参 キャベツ コーン缶n バナナ	淡口醤油 コンソメ	牛乳 ゼリー	スキムミルク ◎雪の宿



朝晩は冷え込むようになり秋も深まってきました。鮭など旬の魚には脂がたっぷり乗っていて体を温め、いも類はエネルギー源になります。11月は給食やおやつにいも類が登場します。秋の収穫物をたくさん味わおうと思います。





食育活動のお知らせ（予定献立表の🍷マーク）

＊11月はさくらぐみ・すみれぐみです＊

○22日すみれぐみ（グミづくり）

○17日さくらぐみ（さつまいもパイ）



（お知らせとお願い）

☆11日は誕生会です。

☆19日はピクニック保育/愛情弁当日です。
お弁当とおやつので準備をお願いします。

※3時のおやつのでマークは市販のお菓子です。

※0才児の給食・おやつは離乳食の進み具合や月齢に応じて提供しています。

※☆マークはカミカミメニューです。

※🍷マークは食育活動です。

※予定献立表は裏面に15日から30日までを記載してあります。

※都合により献立が変更になる場合がありますのでご了承ください。



日	行事	献立名	おもな調理法	食 品 名				おやつ	
				からだをだつくる	熱や力のもとになる	からだの調子を整える	調味料など	午前（未満児）	午後
15（月）		さつま芋ご飯 春巻き かみなり汁／オレンジ	揚	豚肉 豆腐 みそ	さつまいも こめ 春雨 春巻きの皮 油 ごま油 里芋 こんにゃく	玉ねぎ 人参 白菜 コーン 缶 レタス 大根 人参 ごぼう こねぎ ／オレンジ	食塩 淡口醤油 	牛乳 ボーロ	スキムミルク ピザトースト
16（火）	報恩の日	おにぎり／なます カレーうどん リンゴ	煮	炊き込みわかめ／油揚げ	こめ／三温糖 ごま うどん	人参 大根 玉ねぎ しめじ 人参 こねぎ りんご	酢 淡口醤油 カレールウ ※魚・肉・卵など使わないメニューです	牛乳 クッキー	スキムミルク きなこパン
17（水）	クッキング（さくら） 	ご飯／キャベツメンチカツ きのこのみそ汁 みかん	揚	牛・豚ひき肉 たまご いりこ	こめ／マヨネーズ パン粉 小麦粉 油	キャベツ 玉ねぎ レタス トマト えのき しいたけ 玉ねぎ 人参 しめじ こねぎ みかん	カレー粉 淡口しょうゆ	牛乳 バナナ	スキムミルク △さつまいもパイ
18（木）		ご飯／魚の味噌漬焼き ブロッコリーのツナ和え 豆腐のスープ／ゼリー	焼	かれい みそ ツナ缶 豆腐 いりこ	こめ／三温糖 三温糖 ごま油 ごま じゃが芋／ゼリー	 ブロッコリー えのき 玉ねぎ 人参	酒 みりん 淡口醤油 酢 淡口醤油	牛乳 せんべい	 フルーツヨーグルト ◎ビスケット
19（金）		ピクニック保育 		※お弁当とおやつの準備をお願いします 					
20（土）		やきにく丼 春雨スープ バナナ	炒	豚肉 ウィンナー いりこ たまご	こめ 五穀米 ごま油 ごま 三温糖 春雨	たまねぎ しめじ 人参 キャベツ 生姜 ニンニク にんじん えのき 白菜 バナナ	酒 濃口醤油 淡口醤油	牛乳 ビスコ	ココアミルク ◎クッキー
22（月）	クッキング（すみれ） 	ご飯／五目ビーフン さつま汁 キウイ	炒	豚ひき肉 たまご 鶏肉 みそ 厚揚げ	こめ／ビーフン 油 さつま芋 こんにゃく	にんじん 玉ねぎ ピーマン ごぼう 大根 人参 こねぎ キウイ	淡口醤油	牛乳 せんべい	◎ビスケット みかんゼリー △グミ（すみれ）
23（火）	祝日	 勤 労 感 謝 の 日 							
24（水）		ご飯／さばとポテの甘酢あんかけ もやしのスープ バナナ	揚	さば	こめ／じゃが芋 片栗粉 油 三温糖	にんじん もやし えのき こねぎ バナナ	濃口醤油 ケ チャップ 酢 コンソメ	牛乳 ウエハース	スキムミルク コーントースト
25（木）		おにぎり 塩ラーメン リンゴのサラダ／オレンジ	煮	ふりかけ 鶏肉 鶏がら かにかま	こめ 中華麺 マヨネーズ	もやし こねぎ 深ネギ 人参 玉ねぎ りんご きゅうり レタス コーン缶／オレンジ	濃口醤油 みり ん 食塩	牛乳 ドーナツ	スキムミルク ぎょうざピザ
26（金）		ハンバーガー フライドポテト 野菜スープ／リンゴ	焼	豚・牛ひき肉 牛乳 たまご ロースハム	ハンバーガーパン パン粉 じゃが芋 油	玉ねぎ レタス 玉ねぎ 人参 キャベツ コーン／りんご	ケチャップ 食塩 コンソメ	牛乳 ビスケット	スキムミルク ☆やきおにぎり
27（土）		ご飯／麻婆豆腐 なすの味噌汁 バナナ	煮	豆腐 豚ひき肉 厚揚げ わかめ いりこ みそ	こめ／油 三温糖 片栗粉	人参 椎茸 筍 生姜 ニンニク 葱 玉ねぎ なす 玉ねぎ しめじ バナナ	濃口醤油 中華だし	牛乳 お野菜ポテト	スキムミルク ◎かすてらボーロ
29（月）		鶏飯 さつま芋サラダ みかん	炒	ささみ のり たまご 鶏ガラ ロースハム	こめ 三温糖 油 さつま芋 マヨネーズ	椎茸 こねぎ 沢庵漬け きゅうり りんご 玉ねぎ みかん	淡口醤油 濃口醤油 こしょう	牛乳 アスパラガス	スキムミルク 焼きだんご
30（火）		ご飯／魚のもみじ焼き ☆ごぼうのからあげ キャベツのスープ／バナナ	焼	かれい	こめ／マヨネーズ 片栗粉 小麦粉 油 じゃが芋	人参 ごぼう しょうが キャベツ 玉ねぎ えのき／バナナ	こしょう 濃口醤油 酒 コンソメ	牛乳 ビスコ	ココアミルク さつま芋蒸しパン

