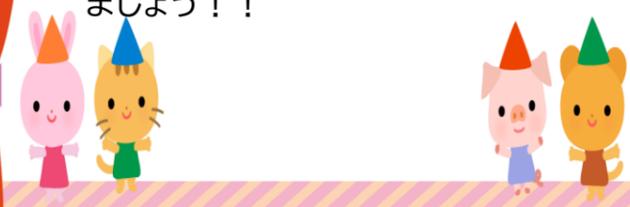


11月 予定献立表

日	行事	献立名	おもな調理法	食品名				おやつ	
				からだをつくる	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 (火)		ごはん/揚げ鶏のネギソース もやしのスープ バナナ	揚	鶏肉	こめ/かたくり粉 油 三温糖 ごま油	ねぎ レタス トマト にんじん もやし えのき こねぎ バナナ	さけ 淡口醤油 みりん 濃口醤油 コンソメ	牛乳 ビスケット	スキムミルク ココアスコーン
2 (水)		ごはん/豚じゃが 豆腐の味噌汁 キウイ	煮	豚肉 厚揚げ 豆腐 わかめ いりこ みそ	こめ/じゃが芋 しらたき 三温糖	人参 玉ねぎ もやし しめじ キウイ	薄口しょうゆ	牛乳 せんべい	スキムミルク ホットドッグ
3 (木)	祝日	 文化の日 							
4 (金)		はんぺんのチーズフライ 春雨スープ りんご	揚	はんぺん たまご 粉 チーズ たまご いりこ	こめ/小麦粉 パン粉 油	トマト コーン缶 キャベツ 人参 えのき しめじ 白菜 りんご	薄口しょうゆ	牛乳 バナナ	スキムミルク マーブルケーキ
5 (土)		 おゆうぎかい 							
7 (月)		ハヤシライス リンゴのサラダ バナナ	煮	牛肉 カニカマ	こめ じゃが芋 マヨネーズ	玉ねぎ 人参 りんご きゅうり レタス コーン缶 バナナ	ハヤシルー	牛乳 ゼリー	スキムミルク えびせん
8 (火)	クッキング (たんぼぼ)	おにぎり/塩ラーメン 小松菜のナムル オレンジ	煮	かりがけ/鶏カラ 鶏 もも	こめ/中華麺 ごま ごま油 三温糖	もやし こねぎ 小松菜 人参 きゅうり に んにく オレンジ	食塩 薄口しょうゆ	牛乳 ゼリー	スキムミルク いも天/ △さつま芋茶巾
9 (水)	ピクニック 保育	 愛情弁当の日 							
10 (木)		ごはん/☆カジキと大豆の甘辛煮 ツナと大根のサラダ わかめスープ/リンゴジュース	揚	かじき 大豆 ツナ缶 わかめ たまご いりこ	こめ/片栗粉 三温糖 油 マヨネーズ じゃが芋/リンゴジュース	大根 きゅうり えのき 人参 玉ねぎ	濃口しょうゆ 薄口 しょうゆ 薄口しょうゆ	牛乳 丸ボーロ	スキムミルク きなこマカロニ
11 (金)	クッキング (すみれ)	🍣手巻き寿司 青のりのすまし汁 みかんゼリー	焼	魚肉ソーセージ たまご 豚肉 豆腐 青さのり かま ぼこ いりこ	こめ マヨネーズ 油 みかんゼリーの素	レタス きゅうり えのきたけ みかん缶	酢 焼き肉のたれ 薄口しょうゆ	牛乳 ビスコ	スキムミルク ☆じゃこトースト
12 (土)		ごはん/豚肉とじゃが芋の煮物 キャベツの味噌汁 バナナ	煮	鶏肉 厚揚げ 油あげ いりこ みそ	こめ/じゃが芋 油 三 温糖	大根 人参 キャベツ 玉ねぎ こねぎ えのき バナナ	薄口しょうゆ	牛乳 せんべい	スキムミルク ◎バームクーヘン

秋も本番ですね。秋には旬を迎える果物がたくさんあります。果物はビタミンも豊富なので、上手に取り入れて、風邪・インフルエンザ・ノロウイルスなどの予防も一緒に行いましょう！！





食育活動・クッキング (🍷マーク)

11月はさくらぐみ・すみれぐみ・たんぼぼぐみです

○8日たんぼぼぐみ(さつま芋茶巾)

○11日すみれぐみ(手巻き寿司)

○24日さくらぐみ(クレープ)



(お知らせとお願い)

☆9日はピクニック保育・愛情弁当の日です。お弁当とおやつの準備をお願いします。

☆24日は誕生会です。



※3時のおやつの◎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。

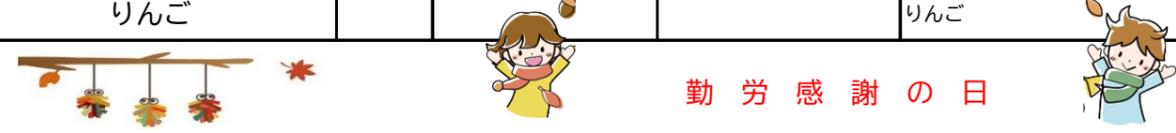
※☆マークはカミカミメニューです。

※🍷マークは食育活動です。

※予定献立表は裏面に14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
14 (月)	ふれあい週間	ご飯/かぼちゃコロツケ 白菜の味噌汁 りんご	揚	豚ひき肉 たまご 豆腐 いりこ みそ	こめ/かぼちゃ 小麦粉 パン粉 油	玉ねぎ 人参 コーン缶 レタス トマト えのき 白菜 こねぎ りんご	とんかつソース	牛乳 バナナ	フルーツゼリー ◎クッキー
15 (火)		さつまいもご飯 白身魚フライ(タルタル) きのこのスープ/キウイ	揚	メルルーサ たまご いりこ	さつまいも こめ 小麦粉 パン粉 油 マヨネーズ	玉ねぎ きゅうり キャベツ 人参 えのき しいたけ 玉ねぎ しめじ 人参 こねぎ	食塩 酒 ケチャップ 薄口しょうゆ	牛乳 ビスケット	ココアミルク シュガートースト
16 (水)		三色丼 ポトフ風スープ バナナ	炒	豚ひき肉 たまご 鶏肉 ソーセージ	こめ 三温糖 じゃが芋	しょうが ほうれん草 人参 大根 玉ねぎ バナナ	濃口しょうゆ コンソメ	牛乳 せんべい	スキムミルク 黒糖団子
17 (木)		報恩の日	わかめおにぎり きつねうどん ごぼうのから揚げ/りんご	煮/揚	炊き込みわかめ 油揚げ いりこ	こめ うどん 片栗粉 小麦粉 油	玉ねぎ 人参 こねぎ ごぼう/りんご	みりん 薄口 しょうゆ 酒 濃口・薄口 しょうゆ	牛乳 クッキー
18 (金)		ご飯/豚ひき肉と春雨の炒め わかめの味噌汁 オレンジ	炒	豚ひき肉 たまご わかめ 豆腐 いりこ みそ	こめ/春雨 油 三温糖	キャベツ 玉ねぎ 人参 ピーマン にんにく 人参 えのき しいたけ オレンジ	薄口しょうゆ	牛乳 ビスケット	スキムミルク コーントースト
19 (土)		やきにく丼 鶏だんごと春雨のスープ バナナ	炒	牛肉 ソーセージ みそ 鶏ひき肉 たまご いりこ	こめ ごま ごま油 三温糖 はるさめ	玉ねぎ しめじ 人参 キャベツ しょうが 人参 えのき 白菜 バナナ	濃口しょうゆ 薄口しょうゆ	牛乳 ゼリー	スキムミルク ◎クッキー
21 (月)		ごはん/凍り豆腐の卵とじ そーめん汁 みかん	煮	凍り豆腐 さつまいも揚げ たまご かまぼこ いりこ	こめ/三温糖 油 そーめん	ピーマン 人参 人参 こねぎ みかん	薄口しょうゆ 薄口しょうゆ	牛乳 せんべい	フルーツヨーグルト ◎ビスケット
22 (火)		ご飯/手作りぎょうざ 中華スープ りんご	蒸焼	豚ひき肉 かにかま たまご	こめ/餃子の皮 ごま油 油	キャベツ 人参 しいたけ にら レタス 人参 玉ねぎ しめじ コー ン缶 深ネギ もやし りんご	濃口しょうゆ 酢 中華だし	牛乳 ゼリー	スキムミルク スイートポテト
23 (水)	祝日								
24 (木)	誕生会 /クッキング (さくら)	サンドウィッチ ミートボール ほうれん草スープ/フルーツポンチ	揚	たまご ツナ 豚ひき肉 牛ひき肉 卵 かまぼこ たまご いりこ	サンドイッチパン マヨネーズ パン粉 油 スパゲティ じゃが芋/ゼリーの素 ジュース	きゅうり レタス 玉ねぎ ほうれん草 えのき 人参/ りんご バナナ みかん缶	ソース みりん ケチャップ 薄口しょうゆ	牛乳 小魚せんべい	スキムミルク ☺クレープ
25 (金)		ご飯/魚の利久揚げ ポテトサラダ 卵スープ/キウイ	揚	さば たまご	こめ/片栗粉 ごま 油 じゃが芋 マヨネーズ	きゅうり 人参 コーン缶 レタス えのき 人参 しめじ 白菜 /キウイ	薄口しょうゆ みりん コンソメ	牛乳 バナナ	スキムミルク ピザトースト
26 (土)		パン/マカロニシチュー ゴマネーズ バナナ	煮	鶏肉 ツナ缶	コッパパン/マカロニ じゃが芋 ごま マヨネーズ	人参 玉ねぎ 大根 人参 きゅうり バナナ	クリームシ チュー こしょう	牛乳 ビスコ	スキムミルク ◎せんべい
28 (月)		ご飯/肉豆腐 じゃが芋とキャベツのスープ みかん	煮	豚肉 豆腐 たまご	こめ/三温糖 じゃが芋	玉ねぎ 人参 えのき キャベツ	濃口しょうゆ コンソメ	牛乳 せんべい	スキムミルク さつまいも ドーナツ
29 (火)		ご飯/お好み焼き コーンスープ りんご	焼	むきえび たまご 豚肉 青のり粉 かつお節 いりこ たまご	こめ/山芋 小麦粉 油 マヨネーズ じゃが芋	キャベツ 人参 ピーマン コーン・クリーム缶 玉ねぎ 人参 りんご	お好みソース 薄口しょうゆ	牛乳 ビスケット	プリンアラモード
30 (水)		鮭もみじご飯 春巻き かみなり汁/オレンジ	揚	鮭 豚肉 豆腐 いりこ みそ	こめ はるさめ 春巻きの皮 さといも こんにゃく ごま油	人参 玉ねぎ 人参 コーン缶 白菜 レタス 大根 人参 ごぼう こねぎ /オレンジ	食塩 薄口しょうゆ みりん	牛乳 丸ボーロ	スキムミルク ピザトースト

