

11月給食献立表(幼児食)



曜日	月	火	水	木	金	土
日付	1日	2日	3日	4日	5日	6日
屋食	ごはん タンドリーチキン ブロッコリーたまごサラダ スープ フルーツ	ごはん 鱈のみそマヨ焼き ポン酢和え すまし汁 フルーツ	文化の日	ごはん 鶏肉の塩麹焼き ほうれん草とえのきの和え物 炒め野菜のみそ汁 フルーツ	豚丼 たたききゅうり じゃが芋とクリームチーズ の青のり和え スープ フルーツ	肉うどん ツナピーマン フルーツ
午後のおやつ	きなこあんこの蒸しパン 牛乳	コンポタラスク 牛乳		おからドーナツ 牛乳	柿のポリポリスティック 牛乳	お菓子 牛乳
身体を作る/動かす	鶏肉・卵・ハム/米	鱈/米		鶏肉/米	豚肉・チーズ/米・じゃが芋	豚肉・ツナ/うどん
身体を守る	玉葱・ブロッコリー・えのき コーン・ほうれん草	もやし・人参・大根 ほうれん草・わかめ		ほうれん草・えのき・人参 ごぼう・キャベツ・玉葱・椎茸	玉葱・キャベツ・茄子 きゅうり・パプリカ	人参・玉葱・小松菜 ピーマン・パプリカ

日付	8日	9日	10日	11日	12日	13日
屋食	ふりかけごはん カレイのムニエル ひじき煮 みそ汁 フルーツ	ジャムサンド ピザ風ポテト コロコロサラダ スープ ゼリー	ごはん 鮭のコーンマヨ焼き いそ和え みそ汁 フルーツ	ごはん 豚肉のごま味噌焼き おかか和え すまし汁 フルーツ	三色丼 わかめとしらすの カリカリサラダ みそ汁 ヨーグルト	ちゃんぽんラーメン さつま芋の 塩バター和え フルーツ
午後のおやつ	ささみフリット 麦茶	お菓子 牛乳	ちんすこう 牛乳	おからクッキー 牛乳	マーラーカオ 牛乳	お菓子 牛乳
身体を作る/動かす	カレイ・大豆・ちくわ・豆腐/米	ちくわ・ウインナー・チーズ/パン・じゃが芋	鮭・豆腐/米・こんにゃく	豚肉・レバー/米	鶏肉・鮭・しらす/米	豚肉/中華麺・さつま芋
身体を守る	人参・白菜・椎茸	きゅうり・トマト・ほうれん草 玉葱	もやし・人参・小松菜 のり・ほうれん草	玉葱・白菜・人参 小松菜・もやし・わかめ	もやし・人参・キャベツ・小松菜 わかめ・トマト・枝豆・コーン・えのき	椎茸・キャベツ 人参・玉葱

日付	15日	16日	17日	18日	19日	20日
屋食	ごはん 肉豆腐 ゆかり和え みそ汁 ゼリー	ツナマヨコーンごはん からあげ ポテトサラダ みそ汁 フルーツ	鮭のクリームスパゲッティ チーズオムレツ スープ フルーツ	ごはん 鶏肉の照り焼き ごまあえ みそ汁 フルーツ	チャーハン 華しゅうまい 春雨サラダ わかめスープ ヨーグルト	わかめうどん ナムル フルーツ
午後のおやつ	さつま芋プリン 麦茶	焼きりんごケーキ 牛乳	おはぎ 麦茶	お菓子 牛乳	ツナパン 牛乳	お菓子 牛乳
身体を作る/動かす	豚肉・豆腐/米・こんにゃく	ツナ・鶏肉・ウインナー/米・じゃが芋	鮭・卵・チーズ/パスタ	鶏肉/米	かまぼこ・焼き豚・卵・豚肉/米・春雨	鶏肉/うどん
身体を守る	玉葱・絹さや・大根・もやし きゅうり・キャベツ・人参・小松菜	コーン・きゅうり・人参 青梗菜・えのき	マッシュルーム・玉葱 ほうれん草・コーン・わかめ	ほうれん草・人参・なめこ キャベツ・もやし・葱	葱・玉葱・わかめ きゅうり・人参・コーン	わかめ・人参・玉葱・ほうれん草 小松菜・もやし・ぜんまい

日付	22日	23日	24日	25日	26日	27日
屋食	麦ごはん 焼肉 のり塩ナムル みそ汁 フルーツ	勤労感謝の日	あんかけ焼きそば 海藻サラダ エビ団子スープ ゼリー	ごはん さばの焼きおろし煮 ほうれん草の白あえ みそ汁 フルーツ	カレーライス 枝豆サラダ チーズ スープ フルーツ	ミートパスタ スープ フルーツ
午後のおやつ	かぼちゃチーズおやき 牛乳		おいなりさん 麦茶	ホットケーキ 牛乳	さつま芋クッキー 牛乳	お菓子 牛乳
身体を作る/動かす	豚肉・油揚げ/米		豚肉・ささみ/中華麺	鯖・豆腐/米・こんにゃく	鶏肉・チーズ・ハム/米・じゃが芋	豚肉/スパゲッティ
身体を守る	玉葱・ピーマン・人参・のり もやし・ぜんまい・キャベツ・ほうれん草		メンマ・きくらげ・山くらげ 人参・わかめ・きゅうり・レタス	大根・葱・ほうれん草・人参 もやし・なめこ	玉葱・人参・枝豆・ひじき トマト・コーン・小松菜	人参・玉葱 小松菜・もやし

日付	29日	30日				
屋食	ごはん エビマヨ・ブロッコリー ピーマンとジャガイモの カレー風味炒め スープ フルーツ	栗ごはん 揚げ豆腐のやさいあんかけ 白菜のごま酢和え みそ汁 ゼリー				
午後のおやつ	人参ボンデケーション 牛乳	フルーツサンド 牛乳				
身体を作る/動かす	エビ/米・じゃが芋	鶏肉・豆腐/米・栗				
身体を守る	ブロッコリー・ピーマン 玉葱・チンゲン菜	玉葱・人参・きくらげ・しめじ えのき・白菜・わかめ				

