

11月給食献立表(幼児食)

令和6年10月31日 めぐみ保育園



曜日	月	火	水	木	金	土
日付					1日	2日
昼食	みどりの栄養 野菜・果物・海藻・きのこ類を使ったビタミンを多く含む料理です。根菜の煮物・和え物・サラダなど		あかの栄養 肉・魚・豆・卵などを使った、血や肉となるたんぱく質を多く含む料理です。魚のムニエル・オムレツなど		焼肉丼 レタスと海苔のナムル スティック大根 スープ フルーツ	厨房機器のメンテナンスのためお弁当の持参をお願いします。
午後のおやつ	きいろの栄養 ごはん・めん類・パン類・いも類など、エネルギー源となる主食です。ごはん・パン・パスタなど。		しろの栄養 かつお節や昆布など、うま味成分のだしを使った料理で、子どもの味覚を育てます。みそ汁・野菜スープなど。		あんまん 牛乳	
食材					米・ピーマン・玉葱・豚肉・ツナ・水菜・人参・のり・レタス・大根・小松菜	

☆誕生会☆

日付	4日	5日	6日	7日	8日	9日
昼食	振替休日	ごはん 鱈のコーンマヨ焼き トマトとじゃこのボン酢和え すまし汁 フルーツ	わかめうどん もち米蒸し肉団子 スティックきゅうり ヨーグルト	二色丼セレクト バタ味噌肉じゃが ピーマンのきんぴら みそ汁 ゼリーセレクト	エピサンドウィッチ ボークビーンズ のり塩ポテト スープ フルーツ	焼きそば ジャーマンポテト スープ フルーツ
午後のおやつ		まめパン 牛乳	お菓子 牛乳	お菓子バイキング 牛乳	かにかまチーズおにぎり 麦茶	お菓子 牛乳
食材		米・コーン・鱈・トマト・しらす・小葱・もやし	うどん・わかめ・鶏肉・玉葱・揚げ玉・もち米蒸し団子(冷凍)・きゅうり	米・鶏肉・鮭・枝豆・コーン・ふりかけ・じゃが芋・玉葱・豚肉・ピーマン・パプリカ・白菜	食パン・コーン・きゅうり・レタス・エビ・豚肉・玉葱・枝豆・大豆・じゃが芋・小松菜	中華麺・豚肉・玉葱・キャベツ・人参・もやし・じゃが芋・ベーコン・玉葱

☆給食参観☆

☆給食参観☆

日付	11日	12日	13日	14日	15日	16日
昼食	ごはん 鮭の塩焼き 即席漬け みそ汁 ゼリー	ごはん 鶏肉の照り焼き ごまあえ みそ汁 フルーツ	ごはん 豚肉の梅味噌焼き ひじき煮 すまし汁 フルーツ	ちゃんぽんうどん ウインナー 南瓜とさつま芋のサラダ ヨーグルト	ハヤシライス 根菜のサラダ スープ フルーツポンチ	和風スパゲッティ わかめとしらすの カリカリサラダ スープ フルーツ
午後のおやつ	お菓子 牛乳	レモンシュガートースト 牛乳	ちんすこう 牛乳	お菓子 牛乳	レアチーズケーキ 麦茶	お菓子 牛乳
食材	米・鮭・人参・キャベツ・かぶ・大根	米・鶏肉・もやし・人参・いんげん・わかめ・えのき・ごま	米・豚肉・梅・油揚げ・ひじき・大豆・白滝・人参・葱	うどん・かまぼこ・干しいたけ・人参・もやし・キャベツ・豚肉・ウインナー・南瓜・さつま芋・ベーコン・玉葱	米・グリーンピース・玉葱・人参・じゃが芋・豚肉・ツナ・コーン・蓮根・ごぼう・白菜	パスタ・ベーコン・玉葱・椎茸・舞茸・海苔・コーン・油揚げ・しらす・トマト・わかめ・かぶ

日付	18日	19日	20日	21日	22日	23日
昼食	カニクリームトースト さつま芋の塩バター和え キャベツのサラダ スープ ゼリー	ごはん カレイの煮付け なめたけ和え みそ汁 フルーツ	みそラーメン 春巻 白菜とコーンのごまサラダ フルーツ	ごはん ミートボール酢豚風 レタス棒棒鶏 みそ汁 フルーツ	麻婆丼 春雨サラダ スープ ヨーグルト	勤労感謝の日
午後のおやつ	しらす昆布おにぎり 麦茶	抹茶プリン 麦茶	フルーチェ 麦茶	お菓子 牛乳	焼きいも 牛乳	
食材	食パン・チーズ・かにかま・さつま芋・ハム・コーン・きゅうり・キャベツ・ほうれん草・玉葱	米・カレイ・なめたけ・ほうれん草・人参・白菜・えのき・青梗菜	中華麺・コーン・もやし・玉葱・豚肉・春巻(冷凍)・白菜・人参	米・ミートボール(冷凍)・ピーマン・人参・玉葱・ささみ・レタス・きゅうり・葱・なめこ	米・葱・椎茸・葱・人参・玉葱・豚肉・ハム・コーン・春雨・きゅうり・青梗菜	

日付	25日	26日	27日	28日	29日	30日
昼食	ごはん 豚肉のしぐれ煮 納豆和え みそ汁 ゼリー	ごはん 筑前煮 まめみそ すまし汁 フルーツ	ごはん 鮭の塩焼き 青梗菜のコーン和え みそ汁 ヨーグルト	鮭とほうれん草の クリームパスタ フロッコリーサラダ スープ フルーツ	えびピラフ マカロニサラダ トマト コーンスープ フルーツ	なめこうどん ナムル フルーツ
午後のおやつ	きなことあんこの蒸しパン 牛乳	しっかりとチョコ 牛乳	お菓子 牛乳	わかめおにぎり 麦茶	メープルクッキー 牛乳	お菓子 牛乳
食材	米・白滝・ごぼう・豚肉・納豆・キャベツ・ほうれん草・人参・にら・えのき	米・大根・葱・人参・蓮根・鶏肉・干し椎茸・いんげん・ごぼう・大豆・もやし	米・鮭・青梗菜・コーン・人参・白菜	パスタ・ほうれん草・鮭・玉葱・ハム・コーン・パプリカ・フロッコリー・大根	米・エビ・人参・玉葱・グリーンピース・マカロニ・コーン・ハム・きゅうり・トマト	うどん・なめこ・人参・葱・ぜんまい・ほうれん草・もやし



11月給食献立表(完了食)

令和6年10月31日 めぐみ保育園



曜日	月	火	水	木	金	土
日付					1日	2日
昼食	<div style="border: 2px solid green; padding: 5px;"> <p>みどりの栄養 野菜・果物・海藻・きのこ類を使ったビタミンを多く含む料理です。根菜の煮物・和え物・サラダなど</p> </div>		<div style="border: 2px solid red; padding: 5px;"> <p>あかの栄養 肉・魚・豆・卵などを使った、血や肉となるたんぱく質を多く含む料理です。魚のムニエル・オムレツなど</p> </div>		ごはん 豚肉煮 レタスと海苔のナムル スープ フルーツ	厨房機器のメンテナンスのためお弁当の持参をお願いします。
午後のおやつ	<div style="border: 2px solid orange; padding: 5px;"> <p>きいろの栄養 ごはん・めん類・パン類・いも類など、エネルギー源となる主食です。ごはん・パン・パスタなど。</p> </div>		<div style="border: 2px solid gray; padding: 5px;"> <p>しろの栄養 かつお節や昆布など、うま味成分のだしを使った料理で、子どもの味覚を育てます。みそ汁・野菜スープなど。</p> </div>		お菓子 牛乳	
食材					米・ピーマン・玉葱・豚肉・ツナ・人参・のり・レタス・大根・小松菜	

☆誕生会☆

日付	4日	5日	6日	7日	8日	9日
昼食	振替休日	ごはん 鱈煮 トマトとじゃこの和え物 すまし汁 フルーツ	わかめうどん 鶏肉煮 スティックきゅうり ヨーグルト	ごはん バタ味噌肉じゃが ピーマンのきんぴら みそ汁 ゼリー	食パン ポークビーンズ のり塩ポテト スープ フルーツ	焼きそば ジャーマンポテト スープ フルーツ
午後のおやつ		食パン 牛乳	お菓子 牛乳	お菓子 牛乳	かにかまチーズおにぎり 麦茶	お菓子 牛乳
食材		米・コーン・鱈・トマト・しらす・小葱・もやし	うどん・わかめ・鶏肉・玉葱・揚げ玉・きゅうり	米・じゃが芋・玉葱・豚肉・ピーマン・パプリカ・白菜	食パン・コーン・きゅうり・レタス・豚肉・玉葱・枝豆・大豆・じゃが芋・小松菜	中華麺・豚肉・玉葱・キャベツ・人参・もやし・じゃが芋・ベーコン・玉葱

☆給食参観☆

☆給食参観☆

日付	11日	12日	13日	14日	15日	16日
昼食	ごはん 鮭の塩焼き 即席漬け みそ汁 ゼリー	ごはん 鶏肉の照り焼き ごまあえ みそ汁 フルーツ	ごはん 豚肉煮 ひじき煮 すまし汁 フルーツ	ちゃんぽんうどん 豚肉煮 南瓜とさつま芋のサラダ ヨーグルト	カレーライス 根菜のサラダ スープ フルーツポンチ	和風スパゲッティ わかめとしらすの カリカリサラダ スープ フルーツ
午後のおやつ	お菓子 牛乳	食パン 牛乳	ちんすこう 牛乳	お菓子 牛乳	ヨーグルト 麦茶	お菓子 牛乳
食材	米・鮭・人参・キャベツ・かぶ・大根	米・鶏肉・もやし・人参・いんげん・わかめ・えのき・ごま	米・豚肉・油揚げ・ひじき・大豆・白滝・人参・葱	うどん・かまぼこ・干しいたけ・人参・もやし・キャベツ・豚肉・南瓜・さつま芋・ベーコン・玉葱	米・グリーンピース・玉葱・人参・じゃが芋・豚肉・ツナ・コーン・蓮根・ごぼう・白菜	パスタ・ベーコン・玉葱・椎茸・舞茸・海苔・コーン・油揚げ・しらす・トマト・わかめ・かぶ

日付	18日	19日	20日	21日	22日	23日
昼食	食パン さつま芋の塩バター和え キャベツのサラダ スープ ゼリー	ごはん カレーの煮付け なめたけ和え みそ汁 フルーツ	みそラーメン 肉団子 白菜とコーンのごまサラダ フルーツ	ごはん 酢豚風 レタス棒棒鶏 みそ汁 フルーツ	ごはん 豚肉煮 サラダ スープ ヨーグルト	勤労感謝の日
午後のおやつ	しらす昆布おにぎり 麦茶	ゼリー 麦茶	ヨーグルト 麦茶	お菓子 牛乳	焼きいも 牛乳	
食材	食パン・さつま芋・ハム・コーン・きゅうり・キャベツ・ほうれん草・玉葱	米・カレー・なめたけ・ほうれん草・人参・白菜・えのき・青梗菜	中華麺・コーン・もやし・玉葱・豚肉・白菜・人参	米・豚肉・ピーマン・人参・玉葱・ささみ・レタス・きゅうり・葱・なめこ	米・椎茸・葱・人参・玉葱・豚肉・ハム・コーン・きゅうり・青梗菜	

日付	25日	26日	27日	28日	29日	30日
昼食	ごはん 豚肉のしぐれ煮 納豆和え みそ汁 ゼリー	ごはん 筑前煮 まめみそ すまし汁 フルーツ	ごはん 鮭の塩焼き 青梗菜のコーン和え みそ汁 ヨーグルト	鮭とほうれん草の クリームパスタ ブロッコリーサラダ スープ フルーツ	ピラフ マカロニサラダ トマト スープ フルーツ	なめこうどん ナムル フルーツ
午後のおやつ	お菓子 牛乳	お菓子 牛乳	お菓子 牛乳	わかめおにぎり 麦茶	お菓子 牛乳	お菓子 牛乳
食材	米・白滝・ごぼう・豚肉・納豆・キャベツ・ほうれん草・人参・えのき	米・大根・人参・蓮根・鶏肉・干し椎茸・いんげん・ごぼう・大豆・もやし	米・鮭・青梗菜・コーン・人参・白菜	パスタ・ほうれん草・鮭・玉葱・ハム・コーン・パプリカ・ブロッコリー・大根	米・人参・玉葱・グリーンピース・マカロニ・コーン・ハム・きゅうり・トマト	うどん・なめこ・人参・葱・ほうれん草・もやし



11月給食献立表(後期食)

令和6年10月31日 めぐみ保育園



曜日	月	火	水	木	金	土
日付					1日	2日
昼食	みどりの栄養 野菜・果物・海藻・きのこ類を使ったビタミンを多く含む料理です。根菜の煮物・和え物・サラダなど		あかの栄養 肉・魚・豆・卵などを使った、血や肉となるたんぱく質を多く含む料理です。魚のムニエル・オムレツなど		軟飯 豚肉煮 レタスと海苔のナムル スープ フルーツ	厨房機器のメンテナンスのためお弁当の持参をお願いします。
午後のおやつ	きいろの栄養 ごはん・めん類・パン類・いも類など、エネルギー源となる主食です。ごはん・パン・パスタなど。		しろの栄養 かつお節や昆布など、うま味成分のだしを使った料理で、子どもの味覚を育てます。みそ汁・野菜スープなど。		お菓子 麦茶	
食材					米・ピーマン・玉葱・豚肉・ツナ・人参・のり・レタス・大根・小松菜	

☆誕生会☆

日付	4日	5日	6日	7日	8日	9日
昼食	振替休日	軟飯 鱈煮 マトとじゃこの和え すまし汁 フルーツ	わかめうどん 鶏肉煮 きゅうり ヨーグルト	軟飯 バタ味噌肉じゃが ピーマンのきんぴら みそ汁 ゼリー	食パン ポークビーンズ のり塩ポテト スープ フルーツ	焼きそば ジャーマンポテト スープ フルーツ
午後のおやつ		食パン 麦茶	お菓子 麦茶	お菓子 麦茶	おじや 麦茶	お菓子 麦茶
食材		米・鱈・トマト・しらす・小葱・もやし	うどん・わかめ・鶏肉・玉葱・きゅうり	米・じゃが芋・玉葱・豚肉・ピーマン・パプリカ・白菜	食パン・きゅうり・レタス・豚肉・玉葱・枝豆・大豆・じゃが芋・小松菜	中華麺・豚肉・玉葱・キャベツ・人参・もやし・じゃが芋・玉葱

☆給食参観☆

☆給食参観☆

日付	11日	12日	13日	14日	15日	16日
昼食	軟飯 鮭の塩焼き 即席漬け みそ汁 ゼリー	軟飯 鶏肉の照り焼き ごまあえ みそ汁 フルーツ	軟飯 豚肉煮 ひじき煮 すまし汁 フルーツ	ちゃんぽんうどん 豚肉煮 南瓜とさつま芋のサラダ ヨーグルト	軟飯/肉じゃが 根菜のサラダ スープ フルーツポンチ	和風スパゲッティ わかめとしらすの カリカリサラダ スープ フルーツ
午後のおやつ	お菓子 麦茶	食パン 麦茶	ちんすこう 麦茶	お菓子 麦茶	ヨーグルト 麦茶	お菓子 麦茶
食材	米・鮭・人参・キャベツ・かぶ・大根	米・鶏肉・もやし・人参・いんげん・わかめ・えのき・ごま	米・豚肉・ひじき・大豆・人参・葱	うどん・干しいたけ・人参・もやし・キャベツ・豚肉・南瓜・さつま芋・玉葱	米・グリーンピース・玉葱・人参・じゃが芋・豚肉・ツナ・蓮根・ごぼう・白菜	パスタ・玉葱・椎茸・舞茸・海苔・しらす・トマト・わかめ・かぶ

日付	18日	19日	20日	21日	22日	23日
昼食	食パン さつま芋の塩バター和え キャベツのサラダ スープ ゼリー	軟飯 カレイの煮付け 和えもの みそ汁 フルーツ	みそラーメン 肉団子 白菜のごまサラダ フルーツ	軟飯 酢豚風 レタス棒棒鶏 みそ汁 フルーツ	軟飯 豚肉煮 サラダ スープ ヨーグルト	勤労感謝の日
午後のおやつ	おじや 麦茶	ゼリー 麦茶	ヨーグルト 麦茶	お菓子 麦茶	焼きいも 麦茶	
食材	食パン・さつま芋・きゅうり・キャベツ・ほうれん草・玉葱	米・カレイ・なめだけ・ほうれん草・人参・白菜・えのき・青梗菜	中華麺・もやし・玉葱・豚肉・白菜・人参	米・豚肉・ピーマン・人参・玉葱・ささみ・レタス・きゅうり・葱・なめこ	米・椎茸・葱・人参・玉葱・豚肉・きゅうり・青梗菜	

日付	25日	26日	27日	28日	29日	30日
昼食	軟飯 豚肉のしぐれ煮 納豆和え みそ汁 ゼリー	軟飯 筑前煮 まめみそ すまし汁 フルーツ	軟飯 鮭の塩焼き 青梗菜の和え物 みそ汁 ヨーグルト	鮭とほうれん草の クリームパスタ フロッキーサラダ スープ フルーツ	軟飯 マカロニサラダ トマト スープ フルーツ	なめこうどん ナムル フルーツ
午後のおやつ	お菓子 麦茶	お菓子 麦茶	お菓子 麦茶	わかめおじや 麦茶	お菓子 麦茶	お菓子 麦茶
食材	米・ごぼう・豚肉・納豆・キャベツ・ほうれん草・人参・えのき	米・大根・人参・蓮根・鶏肉・干し椎茸・いんげん・ごぼう・大豆・もやし	米・鮭・青梗菜・人参・白菜	パスタ・ほうれん草・鮭・玉葱・パプリカ・フロッキー・大根	米・人参・玉葱・グリーンピース・マカロニ・きゅうり・トマト	うどん・なめこ・人参・葱・ほうれん草・もやし

