



# 11月 給食予定献立表

日曜日	全 員 献 立	赤の食品 (血や肉をつくる)	緑の食品 (体の調子をよくする)	黄色の食品 (熱や力になる)	おやつ	延長
1 水	えびフライ 干きやべつ スパ炒め ハム 大根となめこ味噌汁 オレンジ	えびフライ ハム 牛乳	きやべつ 大根 なめこ オレンジ	ごはん 砂糖 スパゲティ 油	牛乳 おかし	パン 飲み物
2 木	チキンソテー 板かま グリーンサラダ かぼちゃ煮 玉ねぎとわかめのスープ 梨	チキンソテー 板かま わかめ 牛乳	ブロッコリー アスパラ レタス 玉ねぎ かぼちゃ 梨	パン 砂糖	牛乳 おかし	パン 飲み物
4 土	チキンカレー 福神漬け サラダ 果汁	とり肉 たまご サラダプラス 牛乳	人参 玉ねぎ レタス トマト 福神漬け きゅうり 果汁	ごはん 油	牛乳 おかし	おにぎり 飲み物
6 月	肉団子スープ ポテトサラダ 柿	とり肉 チキンボール うずら卵 焼豆腐 魚肉ソーセージ 牛乳	白菜 人参 長ネギ しめじ 玉ねぎ きゅうり 柿	ごはん じゃがいも 砂糖 糸こんにゃく マヨネーズ	牛乳 おかし	パン 飲み物
7 火	焼売 ひじき炒め トマト チーズかまぼこ きやべつと油揚げの味噌汁 りんご	焼売 芽ひじき 大角天 油あげ チーズかまぼこ 牛乳	人参 いんげん トマト きやべつ りんご	ごはん 糸こんにゃく 砂糖	牛乳 おかし	おにぎり 飲み物
8 水	煮魚 ほうれん草ゴマ和え 大根煮 ウィンナー 白菜としめじの味噌汁 オレンジ	赤魚・ウィンナー 牛乳	ほうれん草・しめじ・人参 白菜・トマト・オレンジ	ごはん・ごま 砂糖	牛乳 おかし	パン 飲み物
9 木	牛肉コロケ 干きやべつ マカロニ炒め はんぺんとほうれん草のスープ パナナ	はんぺん 牛乳	きやべつ・ほうれん草 玉ねぎ・すいか	パン 砂糖 コロケ 麩 マカロニ 油	牛乳 おかし	パン 飲み物
10 金	豚汁 シーフードサラダ ミニトマト 納豆 梨	豚肉 焼豆腐 納豆 牛乳 えび うずらの卵 魚肉ソーセージ	人参 玉ねぎ きゅうり ミニトマト レタス しめじ きやべつ ごぼう 長ネギ 梨	ごはん 砂糖 マヨネーズ 糸こんにゃく じゃがいも	牛乳 おかし	おにぎり 飲み物
11 土	ビーフカレー 福神漬け サラダ 果汁	牛肉 たまご サラダプラス 牛乳	人参 玉ねぎ レタス トマト 福神漬け きゅうり 果汁	ごはん 油	牛乳 おかし	おにぎり 飲み物
13 月	味噌ラーメン 柿	焼豚・なると たまご・牛乳	人参・玉ねぎ・きやべつ・柿 ピーマン・メンマ・万能ねぎ	ラーメン 油	牛乳 おかし	パン 飲み物
14 火	ミートボール ほうれん草ピーナッツ和え トマト チーズ もやしとわかめ味噌汁 パナナ	ミートボール・わかめ チーズ・牛乳	ほうれん草・トマト・人参 もやし・パナナ	ごはん・砂糖 ピーナッツ	牛乳 おかし	パン 飲み物
15 水	焼魚 野菜のおかか和え ウィンナー 豆腐と油揚げの味噌汁 オレンジ	さば ウィンナー かつお節 油揚げ 豆腐 牛乳	白菜 人参 アスパラ オレンジ	ごはん 砂糖 油	牛乳 おかし	おにぎり 飲み物
16 木	<誕生日会>ミートソース いり卵 ブロッコリー 玉ねぎとわかめのスープ ゼリー ヤクルト 柿	豚ひき 卵 わかめ ヤクルト 牛乳	人参 玉ねぎ トマトジュース ブロッコリー 玉ねぎ 柿	スパゲティ 油 マヨネーズ バター	ヤクルト ケーキ	パン 飲み物
17 金	すき焼き風煮 トマト 納豆 板かま じゃがいもとわかめ味噌汁 りんご	牛肉 焼豆腐 板かま 納豆 わかめ 牛乳	春菊 しめじ 白菜 長ネギ トマト じゃがいも りんご	ごはん 砂糖 油	牛乳 おかし	おにぎり 飲み物
18 土	クリームシチュー 和風サラダ ゆで卵 幼児果汁	とり肉 たまご わかめ ちくわ 牛乳	人参 玉ねぎ レタス コーン マッシュルーム トマト 福神漬け きゅうり グリーンピース	ごはん 油	牛乳 おかし	パン 飲み物
20 月	さつま汁 豆腐サラダ パナナ	豚肉・焼豆腐・ちくわ サラダプラス・豆腐・牛乳	人参・玉ねぎ・白菜・ごぼう・パナナ 長ねぎ・しめじ・きゅうり・レタス・ミニトマト	ごはん・糸こんにゃく さつまいも	牛乳 おかし	パン 飲み物
21 火	ささみのしそチーズ巻 もやしとかにかまのナムル 人参煮 卵とえのきの味噌汁 りんご	ささみのチーズフライ 卵 かにかま 牛乳	もやし えのき きゅうり 人参 りんご	ごはん 油 いりごま 砂糖 ごま油	牛乳 おかし	おにぎり 飲み物
22 水	さんまの梅煮 野菜のごま和え おさつスティック ハム 豆腐としめじの味噌汁 梨	さんま梅煮 豆腐 ハム 牛乳	白菜 アスパラ 人参 しめじ 梨	ごはん 砂糖 さつまいも ごま	牛乳 おかし	パン 飲み物
24 金	うずらおでん 浅漬け ウィンナー 麩とほうれん草のスープ りんご	ぼたんちくわ ウィンナー うずらの卵 牛乳	人参 大根 きゅうり 生姜 ほうれん草 りんご	ごはん 麩 砂糖 油	牛乳 おかし	パン 飲み物
25 土	ポークカレー 福神漬け サラダ 果汁	豚肉 たまご サラダプラス 牛乳	人参 玉ねぎ レタス トマト 福神漬け きゅうり 果汁	ごはん 油	牛乳 おかし	おにぎり 飲み物
27 月	肉うどん 柿	豚肉・なると たまご・牛乳	ほうれん草 長ねぎ・柿	うどん 砂糖	牛乳 おかし	パン 飲み物
28 火	麻婆春雨 卵焼き ブロッコリー 豆腐とわかめの味噌汁 オレンジ	とりひき肉 たまご 豆腐・わかめ・牛乳	万能ねぎ ブロッコリー オレンジ	ごはん 油 春雨 砂糖 マヨネーズ	牛乳 おかし	パン 飲み物
29 水	さばの味噌煮 切干大根煮 トマト ウィンナー 豚肉と野菜のスープ 梨	さけ 大角天 ウィンナー 豚肉 牛乳	切干大根 人参 トマト いんげん 玉ねぎ 梨	ごはん 砂糖 油	ヨーグルト おかし	おにぎり 飲み物
30 木	鶏の唐揚げ ブロッコリー 人参グラッセ はんぺんとわかめのスープ パナナ	とり肉・わかめ はんぺん・牛乳	ブロッコリー・人参 パナナ	パン・小麦粉・バター 片栗粉・砂糖・油	牛乳 おかし	パン 飲み物

## <給食から一言>

★材料・その他の都合により、献立が変更になる場合もありますので、ご了承下さい。  
★11月16日は、お誕生日会なので以上児さんは、ご飯いりません。

## <インフルエンザの予防時期について>

寒くなるにつれて、インフルエンザが次第に増していく季節になりました。  
毎年インフルエンザにかかる方が多く、そうならない為にも予防接種はいつから打てばいいのか、  
タイミングなどについて紹介していきます。  
インフルエンザの予防接種は、例年10月頃から行われます。インフルエンザの予防接種は、打ってか  
おおよそ2週間くらいから効果を発揮します。2017年～2018年のインフルエンザの予防時期を考えるの  
あれば、2017年11月下旬～12月上旬くらいまでには、接種した方が良いでしょう！  
一ヶ月で効果MAX状態になり、その後約5ヶ月程効果が持続します。13歳未満のお子様は、2～4週間隔で  
2回打ちます。お子様や家族の為にも予防接種を受けるように心がけましょう！

