



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 (体の調子をよくなる)	黄色の食品 (熱や力になる)	おやつ
1 金	餃子 もやしナムル ニラ玉 豆腐となめこの味噌汁 オレンジ	餃子・卵 豆腐・牛乳	もやし・人参・ニラ・なめこ オレンジ	ごはん・ごま 油	ジョア おかし
2 土	チキンカレー 福神漬け サラダ 果汁	とり肉・たまご サラダファミリー・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・ルー じゃがいも・油	牛乳 おかし
5 火	つくね串焼き 白菜のピーナッツ和え 玉子焼き トマト 豚汁風味味噌汁 りんご	つくね串・卵 牛乳・豚肉	白菜・人参・トマト 玉ねぎ・りんご	ごはん・油・ 砂糖・ピーナッツ粉	牛乳 おかし
6 水	さばの味噌煮 切干大根煮 かぼちゃ煮 ウインナー かき玉汁 パナナ	さば・大角天・ウインナー 卵 牛乳	切干大根・人参・かぼちゃ いんげん 玉ねぎ パナナ	ごはん 砂糖 糸こん・油	牛乳 おかし
7 木	メンチカツ 人参しりしり ブロッコリー わかめと麩のスープ オレンジ	メンチカツ・ツナ 卵・牛乳	かぼちゃ・ブロッコリー 人参・わかめ・すいか	ごはん・砂糖 麩・油	牛乳 おかし
8 金	目玉焼き ひじき炒め ほうれん草のごま和え ハム わかめと玉ねぎの味噌汁 りんご	たまご・ひじき・大角天 ハム・わかめ・牛乳	人参・いんげん・ほうれん草 玉ねぎ・オレンジ	ごはん・砂糖 糸こん	牛乳 おかし
9 土	キーマカレー 福神漬け サラダ 果汁	豚肉・たまご サラダファミリー・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・ルー じゃがいも・油	牛乳 おかし
11 月	味噌ラーメン みかん	焼豚・なると たまご・牛乳	人参・玉ねぎ・きやべつ・みかん ピーマン・メンマ・万能ねぎ	ラーメン スープ・油	牛乳 おかし
12 火	麻婆豆腐 野菜のごま和え 板かま キャベツと油揚げの味噌汁 パイン缶	豚ひき肉・板かま 油揚げ・牛乳	長ねぎ・白菜・人参 アスパラ・キャベツ・パイン缶	ごはん・ごま油 砂糖	牛乳 おかし
13 水	白身魚フライ ポテトサラダ 干キャベツ もやしと油揚げの味噌汁 パナナ	白身魚フライ・ハム 油揚げ・牛乳	キャベツ・玉ねぎ・人参 コーン・きゅうり・パナナ	じゃがいも・砂糖 マヨネーズ・油	牛乳 おかし
14 木	<誕生日会>オムライス エビフライ ブロッコリー ミニトマト 野菜スープ ゼリー オレンジ	鶏肉・エビフライ・卵 ベーコン・牛乳	玉ねぎ・ミックスベジタブル・オレンジ ブロッコリー・ミニトマト・キャベツ	ごはん・油 砂糖	ヤクルト ケーキ
15 金	焼肉 じゃこビーマン もやしのごま和え なめこと大根の味噌汁 りんご	豚肉・ちりめん 牛乳	玉ねぎ・ピーマン・もやし なめこ・大根・りんご	ごはん 油	牛乳 おかし
16 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 カレールー・油	牛乳 おかし
18 月	中華風あんかけスープ えび餃子 パナナ	豚肉・なると えび餃子・卵・牛乳	細切筍・人参・玉ねぎ 椎茸・白菜・チンゲン菜・パナナ	ごはん 片栗粉・春雨	牛乳 おかし
19 火	ささみのしそチーズ巻 大根サラダ ジャーマンポテト 中華コーンスープ 柿	ささみのチーズ巻き 卵・牛乳	きやべつ・コーン・きゅうり 人参・柿	パン・油・マヨネーズ 砂糖・じゃがいも	牛乳 おかし
20 水	焼き鯖 春雨サラダ 人参煮 ウインナー 豆腐とわかめの味噌汁 パナナ	さば ウインナー ハム・豆腐・牛乳	人参・きゅうり わかめ・パナナ	ごはん・砂糖 マヨネーズ・春雨	牛乳 おかし
21 木	ミートソース コールスロー 魚肉ソーセージ 小松菜と麩のスープ みかん	豚肉・魚肉ソーセージ 牛乳	玉ねぎ・人参・キャベツ・きゅうり コーン・小松菜・みかん	マヨネーズ 麩・ご飯	牛乳 おかし
22 金	豚汁 スパサラダ 納豆 りんご	豚肉・焼豆腐・納豆 魚肉ソーセージ・牛乳	しめじ・人参・玉ねぎ・きゅうり きやべつ・白菜・ごぼう・長ネギ・りんご	ごはん・砂糖・糸こん マヨネーズ・じゃがいも	牛乳 おかし
25 月	えび天うどん オレンジ	たまご・えび天 板かま・牛乳	ほうれん草 万能ねぎ・オレンジ	うどん 砂糖	牛乳 おかし
26 火	揚げ豆腐のあんかけ ほうれん草のごま和え 板かま もずくと麩の味噌汁 パナナ	とりひき・豆腐・板かま ツナ・牛乳	人参・ほうれん草・もずく ささげ・玉ねぎ・パナナ	ごはん・片栗粉 ごま・板麩・油	牛乳 おかし
27 水	さんまの梅煮 小松菜お浸し 大根煮 チーズ わかめと豆腐の味噌汁 オレンジ	さんまの梅煮 豆腐・牛乳	小松菜・大根・わかめ オレンジ・人参	ご飯 チーズ	牛乳 おかし
28 木	牛肉コロッケ 干きやべつ ウインナーいり卵 ほうれん草とはんぺんのスープ みかん	はんぺん・卵 ウインナー・牛乳	きやべつ・ほうれん草 人参・みかん	砂糖 コロッケ パン・油	ヨーグルト おかし
29 金	しょうがみそおでん ブロッコリーのツナ和え トマト きのこの澄まし汁 りんご	ぼたんちくわ・大角天 ツナ・牛乳	大根・しょうが・ブロッコリー トマト・しめじ・えのき・りんご	ごはん・じゃがいも 糸こん・バター	牛乳 おかし
30 土	ポークカレー 福神漬け サラダ 果汁	豚肉・たまご サラダファミリー・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・ルー じゃがいも・油	牛乳 おかし

◎材料その他の都合により、変更になる場合もありますのでご了承ください。
◎18時以降の延長の際は、おにぎり又はパンと飲み物が出ます。



<給食から一言>

冬の足音が聞こえ始めた11月。寒い日こそ体を動かして元気に遊んでいます。
体を動かすと、自然とお腹がすいて食欲が増すようです。
給食の「いただきます！」の声も大きく園内に響いています！

★11月14日(木)は、お誕生日会なので以上児さんは、ご飯いりません。

早めの予防！対策を！！

寒くなってくると、気をつけたいのが風邪やインフルエンザ、ノロウイルスなどこれからの時期流行するものです。園では、うがい・手洗いを今後も徹底していきます。ご家庭でもぜひ声掛けやうがいや手洗い方法を再確認してみてくださいね。

