



# 11月 給食予定献立表



令和5年10月31日 小柳保育園

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	水	ごはん さばの塩焼き 小松菜の和え物 すき昆布煮 大根の味噌汁 パナナ	さば・ベーコン・大角天 すき昆布・油揚げ・牛乳	小松菜・人参・もやし・大根 バナナ	ごはん・糸コン マヨ	牛乳 おかし	
2	木	ごはん 野菜コロッケ ホイコーロー トマト かきたま汁 オレンジ	豚肉・卵 牛乳	きやべつ・ピーマン・長ねぎ トマト・えのき・オレンジ	ごはん・油 コロッケ	牛乳 おかし	
4	土	ポークカレーライス 福神漬け サラダ アンパンマンジュース	豚肉・卵 サラダファミリー・牛乳	玉ねぎ・人参・レタス・きゅうり・トマト 福神漬け・アンパンマンジュース	ごはん ルー・じゃがいも	牛乳 おかし	
6	月	かき揚げうどん りんご	さくらえび・わかめ 板かま・卵・牛乳	玉ねぎ・人参・長ねぎ ほうれん草・りんご	うどん 油・てんぷら粉	牛乳 おかし	
7	火	ごはん 五目卵焼き おくらのなめたけ和え 切り干し大根煮 わかめと板麩の味噌汁 パイン缶	鶏ひき肉・卵・ひじき わかめ・牛乳	ささげ・人参・椎茸・おくら なめ茸・切り干し大根・パイン缶	ごはん 板麩	牛乳 おかし	
8	水	ごはん 焼鮭 ほうれん草のピーナッツ和え ウィンナー かぼちゃ煮 豚汁風味噌汁 パナナ	鮭・ウィンナー 豚肉・牛乳	ほうれん草・かぼちゃ・人参 玉ねぎ・バナナ	ごはん ピーナッツ粉	牛乳 おかし	
9	木	<お誕生会>パン グラタン フライドチキン ブロッコリーサラダ スープ ゼリー みかん	えび・フライドチキン ベーコン・牛乳	玉ねぎ・ブロッコリー・コーン缶 レタス・きゅうり・人参・みかん・ゼリー	パン・マカロニ バター・チーズ	ヤクルト ケーキ	
10	金	ひじきごはん つくね串 もやしナムル 千切りスープ オレンジ	ひじき・油揚げ・つくね串 卵・豚肉・牛乳	人参・椎茸・もやし・ほうれん草 長ねぎ・白菜・きくらげ・オレンジ	ごはん・春雨 ごま・ごま油	牛乳 おかし	
11	土	チキンカレーライス 福神漬け サラダ アンパンマンジュース	鶏もも・卵 サラダファミリー・牛乳	玉ねぎ・人参・レタス・きゅうり・トマト 福神漬け・アンパンマンジュース	ごはん ルー・じゃがいも	牛乳 おかし	
13	月	味噌カレー牛乳ラーメン りんご	焼豚・なると わかめ・牛乳	もやし・長ねぎ・メンマ りんご	中華麺・バター ラーメンスープ	ヨーグルト おかし	
14	火	ごはん 肉豆腐 ブロッコリーのツナ和え 板かま なすの味噌汁 みかん	牛肉・豆腐・ツナ 板かま・油揚げ・牛乳	白菜・玉ねぎ・長ねぎ・椎茸 ブロッコリー・なす・みかん	ごはん マヨネーズ	牛乳 おかし	
15	水	ごはん さんまの梅煮 わかめときゅうりの酢の物 五色きんぴら なめこ豆腐の味噌汁 パナナ	さんまの梅煮・牛肉 わかめ・豆腐・牛乳	きゅうり・ごぼう・人参・きくらげ なめこ・バナナ	ごはん 糸コン・ごま	牛乳 おかし	
16	木	パン エピフライ もやしのカレー炒め きゅうりサラダ 白菜としめじの味噌汁 パイン缶	エピフライ・かにかま 牛乳	もやし・人参・ピーマン きゅうり・白菜・しめじ・パイン缶	パン・油 マヨネーズ	牛乳 おかし	
17	金	麻婆丼 春雨サラダ トマト わかめスープ オレンジ	豚ひき肉・豆腐・ハム 春雨・わかめ・牛乳	長ねぎ・きゅうり・人参 トマト・オレンジ	ごはん・春雨 ごま・ごま油	牛乳 おかし	
18	土	ビーフカレーライス 福神漬け サラダ アンパンマンジュース	牛肉・卵 サラダファミリー・牛乳	玉ねぎ・人参・レタス・きゅうり・トマト 福神漬け・アンパンマンジュース	ごはん ルー・じゃがいも	牛乳 おかし	
20	月	肉うどん りんご	豚肉・板かま・わかめ 牛乳	ほうれん草・万能ねぎ りんご	うどん 揚げ玉	牛乳 おかし	
21	火	ごはん 油淋鶏 千切りキャベツ 粉ふき芋 きこの味噌汁 パイン缶	鶏もも肉・油揚げ 牛乳	長ねぎ・万能ねぎ・きやべつ えのき・しめじ・パイン缶	ごはん・じゃがいも ごま・ごま油	牛乳 おかし	
22	水	ごはん さばの味噌煮 れんこんきんぴら ハム 中華きゅうり もずくと油揚げの味噌汁 みかん	さばの味噌煮・もずく 油揚げ・ハム・牛乳	れんこん・人参・きゅうり みかん	ごはん ごま・ごま油	牛乳 おかし	
24	金	納豆ごはん さつま汁 マカロニサラダ パナナ	豚肉・納豆・ハム 焼豆腐・牛乳	人参・牛蒡・白菜・きやべつ・玉ねぎ 大根・長ねぎ・しめじ・きゅうり・バナナ	ごはん・マカロニ さつま芋・糸コン	ジョア おかし	
25	土	 お弁当の日 					牛乳 おかし
27	月	塩ラーメン りんご	焼豚・なると・卵 わかめ・牛乳	もやし・水菜・長ねぎ・メンマ りんご	中華麺 ラーメンスープ	牛乳 おかし	
28	火	ごはん チャプチェ 小松菜の胡麻和え 煮豆 ニラと卵の味噌汁 オレンジ	豚肉・煮豆 卵・牛乳	人参・ピーマン・筍・椎茸 小松菜・ニラ・オレンジ	ごはん・春雨 ごま・ごま油	牛乳 おかし	
29	水	ごはん 鮭のタルタルフライ 人参煮 じゃこピーマン わかめと豆腐の味噌汁 みかん	鮭フライ・卵・豆腐 じゃこ・牛乳	玉ねぎ・ピクルス・人参 ピーマン・みかん	ごはん・マヨ 油・ごま・ごま油	牛乳 おかし	
30	木	パン ビーフシチュー 人参サラダ ブロッコリー たれ付き肉団子 パイン缶	牛肉・たれ付き肉団子 ハム・牛乳	玉ねぎ・人参・りんご・ブロッコリー パイン缶	パン・ルー じゃがいも	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。

## 子どもの成長を祝う七五三



11月15日の七五三は、七歳・五歳・三歳の子どもの成長を祝う日本の年中行事です。これまで無事に成長したことを感謝し、今後も健やかであるようにお参りします。千歳飴の千歳は千年という意味で、子どもの健康と成長を願い「長く伸びる」という意味と、延命長寿を願う意味も込められています。縁起のよい紅白となっており、袋にも鶴亀や松竹梅など縁起のよい図案が描かれています。

