



# 11月の給食予定表



#REF!

日	曜	0~2歳児朝のおやつ	0~2歳児	メニュー	材 料	3時のおやつ	
1	木	クラッカー 牛乳	ごはん みそ汁	すき焼き風煮 大根なます パイン	牛肉・田舎うどん・玉ねぎ・人参・青ねぎ・焼豆腐・白菜 糸こんにゃく 油 大根・人参・生あげ・いりごま・酢	マドレーヌ いりこ スキムココア	
2	金	動物ヨーチ 牛乳	ごはん	きのこカレー 野菜サラダ もも	牛肉・じゃがいも・玉ねぎ・人参・しめじ・ピーマン・にんにく・油 かに棒・キャベツ・きゅうり・人参・パプリカ・酢・ごま油	パインケーキ スキムミルク	
3	土	文化の日					
5	月	カルシウム ビスケット 牛乳	人参 ごはん	団子汁 切り干し大根含め煮 パイン	鶏肉・大根・ごぼう・人参・里芋・カマボコ・ひともじ・椎茸 油・味噌・小麦粉 干し大根・人参・あげ・椎茸・こんにゃく・いんげん・油	きしめんきな粉 牛乳	
6	火	フルーツポンチ	ごはん みそ汁	炒めビーフン 卵焼き もも	豚肉・玉ねぎ・人参・青ねぎ・キャベツ・カマボコ・ビーフン キクラゲ・油 卵・ひともじ・油	フルーツゼリー	
7	水	野菜パン 牛乳	ごはん みそ汁	田舎煮 春雨サラダ バナナ	鶏肉・じゃがいも・人参・こんにゃく・椎茸・いんげん・油 かに棒・キャベツ・人参・きゅうり・卵・ごま油・酢	丸ボーロ いりこ 飲むヨーグルト	
8	木	ジャムサンド 牛乳	ごはん	カレーシチュー フレンチサラダ パイン	牛肉・じゃがいも・玉ねぎ・人参・ピーマン・にんにく・油 プレスハム・キャベツ・きゅうり・人参・コーン缶・酢・ごま油	甘辛団子 スキムミルク	
9	金	お誕生会(炊き込みご飯・唐揚げ・卵焼き・マカロニサラダ・チェリー・りんご)					いもかりんとう スキムミルク
10	土	サブレ 牛乳		焼きそば フルーツ	豚肉・玉ねぎ・キャベツ・人参・青ねぎ・カマボコ・中華麺・油	ジャムサンド 牛乳	
12	月	カルシウム ウエハース 牛乳	人参 ごはん	けんちん汁 かぼちゃ含め煮 パイン	鶏肉・大根・人参・ごぼう・里芋・豆腐・こんにゃく・カマボコ ひともじ・椎茸・片栗粉・油・酢 かぼちゃ・いんげん・かつお節	肉まん 牛乳	
13	火	フルーツポンチ	ごはん みそ汁	鶏レバー甘辛煮 白和え りんご	鶏レバー・にら・こんにゃく・生姜・グリーンリーフ・トマト・油 白菜・小松菜・ほうれん草・豆腐・人参・こんにゃく・いりごま・味噌	ごまボッキー いりこ スキムミルク	
14	水	カステラ 牛乳	わかめ ごはん	クリームシチュー 五目ひじき みかん	鶏肉・じゃがいも・玉ねぎ・人参・ブロッコリー・しめじ・油 長ひじき・人参・あげ・椎茸・こんにゃく・いんげん・油	イエガーケーキ 飲むヨーグルト	
15	木	ジャムサンド 牛乳	ごはん みそ汁	魚フライ レタスサラダ もも	白身魚・卵・パン粉・油・小麦粉・グリーンリーフ・トマト かに棒・キャベツ・人参・きゅうり・レタス・コーン缶・ごま油・酢	バナナケーキ スキムココア	
16	金	リッツサンド 牛乳	ごはん みそ汁	ハンバーグ 野菜サラダ バナナ	合ミンチ・玉ねぎ・人参・卵・パン粉・牛乳・豆腐 グリーンリーフ・トマト・ケチャップ プレスハム・キャベツ・人参・きゅうり・春雨・卵・酢・ごま油	芋揚げ団子 いりこ スキムミルク	
17	土	せんべい 牛乳		スパゲティーナポリタン フルーツ	スパゲティー麺・ベーコン・玉ねぎ・ピーマン・マーガリン・油・ケチャップ	野菜サンド 牛乳	
19	月	クラッカー 牛乳	人参 ごはん	豚汁 がんもとこんにゃく煮 パイン	豚肉・大根・ごぼう・人参・里芋・カマボコ・こんにゃく・豆腐 干し椎茸・ひともじ・油・味噌・酢 がんも・こんにゃく・いんげん	いも蒸しパン 牛乳	
20	火	フルーツポンチ	ごはん みそ汁	鶏つくね甘辛煮 春雨酢物 もも	鶏ミンチ・玉ねぎ・人参・青ねぎ・豆腐・卵・パン粉・片栗粉 グリーンリーフ・チェリー・油・生姜 かに棒・キャベツ・人参・きゅうり・春雨・卵・ごま油・酢	煮豆 スキムミルク	
21	水	ジャムサンド 牛乳	ごはん みそ汁	すり身揚げ もやしのごま和え バナナ	すり身・玉ねぎ・人参・にら・山芋・卵・豆腐・小麦粉・片栗粉 グリーンリーフ・トマト・油 もやし・小松菜・ほうれん草・人参・白菜・いりごま	いも天 飲むヨーグルト	
22	木	動物ヨーチ 牛乳	ごはん	カレーシチュー 野菜サラダ パイン	牛肉・じゃがいも・玉ねぎ・人参・ピーマン・にんにく・油 かに棒・キャベツ・きゅうり・人参・パプリカ・酢・ごま油	フレンチトースト スキムミルク	
23	金	勤労感謝の日					
24	土	カルシウム ビスケット 牛乳		焼きそば フルーツ	豚肉・玉ねぎ・キャベツ・人参・青ねぎ・カマボコ・中華麺・油	チーズサンド 牛乳	
26	月	シガーフライ 牛乳	わかめ ごはん	太平燕 ごぼうとこんにゃく煮 もも	豚肉・玉ねぎ・人参・白菜・青ねぎ・春雨・キクラゲ・卵 カマボコ・椎茸・ひともじ・油 ごぼう・こんにゃく・いんげん・油・酢	かぼちゃマフィン 牛乳	
27	火	フルーツポンチ	ごはん みそ汁	ちくわチーズ揚げ スパゲティーサラダ パイン	日奈久ちくわ・棒チーズ・小麦粉・青のり・グリーンリーフ チェリー・油 プレスハム・キャベツ・人参・きゅうり・スパゲティー麺・マヨネーズ	白玉ボンデージュ スキムミルク	
28	水	サブレ 牛乳	ごはん みそ汁	おでん ごまあえ バナナ	鶏肉・大根・人参・天ぷら・日奈久ちくわ・卵・厚揚げ・こんにゃく いんげん 小松菜・ほうれん草・人参・きゅうり・白菜・いりごま	フライドポテト 飲むヨーグルト	
29	木	カステラ 牛乳	ごはん みそ汁	じゃがコロッケ 和風サラダ もも	合ミンチ・じゃが芋・玉ねぎ・人参・卵・小麦粉・パン粉 グリーンリーフ・トマト・油 かに棒・キャベツ・きゅうり・人参・かいわれ・パプリカ・酢・ごま油	大学芋 スキムココア	
30	金	ジャムサンド 牛乳	人参 ごはん	クリームシチュー 厚揚げとこんにゃく煮 オレンジ	鶏肉・じゃがいも・玉ねぎ・人参・ブロッコリー・油 厚揚げ・こんにゃく・いんげん	平団子 スキムミルク	

## 《今月の行事》

9日 誕生会 (白いご飯はいりませんがコップとお箸を忘れないようにしましょう。)

## 《食育だより》

～食べ物への感謝～

おせき畑に野菜の種をまいて大事に育てていこうと思います。「ありがとう」「ごちそうさま」  
生き物の命を頂いているというありがたさを知る良いきっかけになると思います。



金井京子 長町桜 江藤文子

