

11月 給食献立表

							1日(土)	
昼食	普通食						ビビンバ丼	
							わかめスープ	
	離乳食						バナナ	
							鶏そぼろ丼	
おやつ	普通食						すまし汁	
	離乳食						バナナ	
		3日(月)	4日(火)	5日(水)	6日(木)	7日(金)	8日(土)	
昼食	普通食	文化の日	ちゃんちゃん焼き	鶏のすっぱ煮	パン・ブルコギスパゲティ	千草焼	納豆	
			わかめの酢の物	れんこんと里芋の味噌煮	わかめスープ	野菜添え	厚揚げの味噌汁	
	離乳食		かき玉汁	呉汁	みかん	中華スープ	バナナ	
			煮魚	トマトささ身のトマト煮	鶏のきのこソース	つくね焼	納豆	
おやつ	胡瓜と人参		じゃが芋とほうれん草	ブロッコリーとさつまいも	きゅうりと大根	豆腐の味噌汁		
	すまし汁		味噌汁	わかめスープ	すまし汁	バナナ		
普通食	きな粉サンドパン・牛乳		りんご・牛乳	ミニひじきあられ・牛乳	まあるいクラッカー・牛乳	お菓子・牛乳		
	離乳食		豆腐とじゃこ	なすときゅうり	お菓子	お菓子	お菓子	
			10日(月)	11日(火)	12日(水)	13日(木)	14日(金)	15日(土)
昼食	普通食		魚の香味焼	カレーライス	パン・バーベキューチキン	牛肉ときのこうどん	鶏のゆかり焼	牛肉の卵とじ丼
		ひじきの煮物	野菜サラダ	ブロッコリーサラダ	じゃこサラダ	金平ごぼう	すまし汁	
	離乳食	さつま芋のめった汁	みかん	コーンスープ		味噌汁	バナナ	
		魚のみぞれ煮	カレーライス	鶏のクリーム煮	鶏のりんごソース	豆腐とツナの煮物	鶏そぼろ丼	
おやつ	ほうれん草と人参	野菜サラダ	ブロッコリーとじゃが芋	きゅうりとかぼちゃ	人参と大根	すまし汁		
	さつま芋のスープ	みかん	コーンスープ	すまし汁	味噌汁	バナナ		
普通食	ハバロア・牛乳	ミニカル鉄スティック・牛乳	さつま芋のミルクケーキ・牛乳	鶏そぼろおにぎり・麦茶	バナナケーキ・牛乳	お菓子・牛乳		
	離乳食	豆腐とちりめんじゃこ	お菓子	さつま芋とインゲン	じゃがいもとツナ	なすときゅうり	お菓子	
		17日(月)	18日(火)	19日(水)	20日(木)	21日(金)	22日(土)	
昼食	普通食	豚のパン粉焼	サバの塩焼き	鶏のマリネ焼き	カレースープスパゲティ	ハンバーグ	納豆	
		ほうれん草のナムル	春雨サラダ	さつま芋のサラダ	ロールパン	ひじきサラダ	豚汁	
	離乳食	コンソメスープ	玉子スープ	きのこスープ	野菜サラダ	白菜のスープ	バナナ	
		ささ身のトマト煮	魚のごま煮	鶏の玉ねぎソース	マーボー豆腐	つくね焼	納豆	
おやつ	ほうれん草とじゃがいも	胡瓜と人参	さつま芋と大根	ブロッコリーと人参	かぼちゃときゅうり	味噌汁		
	すまし汁	春雨スープ	きのこスープ	カレースープ	白菜のスープ	バナナ		
普通食	さつま芋のスクーン・牛乳	カリボテミニ・牛乳	おにぎり・麦茶	胚芽ビスケット・牛乳	ココア蒸しパン・牛乳	お菓子・牛乳		
	離乳食	かぼちゃ	お菓子	大根と人参	お菓子	なすときゅうり	お菓子	
		24日(月)	25日(火)	26日(水)	27日(木)	28日(金)	29日(土)	
昼食	普通食	振替休日	鮭のムニエル	照焼チキン	豚もやしラーメン	ハヤシライス	親子丼	
			トマトとレタスのサラダ	野菜添え	ヨーグルト和え	野菜サラダ	すまし汁	
	離乳食		ホワイトシチュー	春雨スープ		オレンジ	バナナ	
			煮魚	ささ身の人参ソース	マカロニの煮物	ハヤシライス	鶏そぼろ丼	
おやつ	胡瓜とさつま芋		ブロッコリーと人参	りんごとさつま芋	野菜サラダ	すまし汁		
	ホワイトシチュー		春雨スープ	すまし汁	みかん	バナナ		
普通食	みかん・牛乳		牛乳かりんとう・牛乳	ビスケット・ジュース	えびスナック・牛乳	お菓子・牛乳		
	離乳食		豆腐とほうれん草	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	

※おやつは、無添加・無着色のお菓子・手作りおやつを準備しています。

※0歳～1歳児は、段階に応じて離乳食を作っています。

※アレルギー対応は、その日のメニューに応じて準備しています。

～給食室からひとこと～

肌寒い日が増え、秋があっという間に過ぎていきそうです。これからは温かい物や野菜が美味しい季節になります。体の温まる根菜類を食べて睡眠をとりましょう。今月の食材はさつまいもです。肌にいいビタミンや腸内環境を整えてくれる食物繊維も豊富な食材です。

