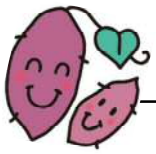
11月　給食献立表

		2日（月）	3日（火）	4日（水）	5日（木）	6日（金）	7日（土）
昼食	普通食	ちゃんちゃん焼き	文化の日	麻婆丼	カレーうどん	豚肉のごま焼き	納豆
		春雨サラダ		すまし汁	じゃこサラダ	根菜の煮物	さつま芋の味噌汁
		トマトスープ		オレンジ		味噌汁	バナナ
	離乳食	魚のちゃんちゃん焼き風		麻婆丼	マカロニのカレー煮	鶏ささみのごま煮	納豆
		茹でりんごと大根		すまし汁	茹で人参とブロッコリー	茹でじゃが芋とほうれん草	さつま芋の味噌汁
		トマトスープ		みかん	すまし汁	味噌汁	バナナ
おやつ	普通食	ココアケーキ・牛乳		鉄カルウエハース・牛乳			お菓子・牛乳
	離乳食	茹で南瓜とインゲン		お菓子	茹で野菜	茹でキャベツとツナ	お菓子
		9日（月）	10日（火）	11日（水）	12日（木）	13日（金）	14日（土）
昼食	普通食	塩サバ	豆腐とひじきのつくね焼	タンドリーチキン	白菜とベーコンの	玉子焼き	豚肉の卵とじ丼
		春雨とピーマンの炒め物	わかめの酢の物	さつま芋のサラダ	スープスパゲティ	カレー肉じゃが	すまし汁
		玉子スープ	呉汁	きのこスープ	オレンジ・ロールパン	すまし汁	バナナ
	離乳食	煮魚	豆腐とひじきのつくね焼	鶏のカレー煮	マカロニの白菜煮込み	豆腐の煮物	鶏そぼろ丼
		茹でブロッコリーとさつま芋	茹で胡瓜とリンゴ	茹で大根とほうれん草	茹で南瓜と胡瓜	茹でほうれん草とさつま芋	すまし汁
		すまし汁	呉汁	きのこスープ	味噌汁	すまし汁	バナナ
おやつ	普通食	ねじりん棒・牛乳	焼き芋・牛乳	サクサクスナック・牛乳	黒豆きな粉あられ・牛乳	肉まん・牛乳	お菓子・牛乳
	離乳食	お菓子	茹でさつま芋とインゲン	茹でナスと豆腐	茹でじゃが芋の青のりがけ	茹で人参と胡瓜	お菓子
		16日（月）	17日（火）	18日（水）	19日（木）	20日（金）	21日（土）
昼食	普通食	ハヤシライス	魚の香味焼き	ハンバーグ	担々麺	鶏肉のトマトチーズ焼き	納豆
		野菜サラダ	金平ごぼう	野菜添え	ヨーグルト和え	ブロッコリーサラダ	豚汁
		みかん	かき玉汁	ミネストローネ		コーンスープ	バナナ
	離乳食	ハヤシライス	魚の青のりがけ	ハンバーグ	南瓜のそぼろ煮	鶏とトマトの煮物	納豆
		野菜サラダ	茹で大根とじゃが芋	茹で南瓜と人参	茹でりんごと大根	茹でさつま芋と胡瓜	大根の味噌汁
		みかん	すまし汁	ミネストローネ	味噌汁	コーンスープ	バナナ
おやつ	普通食	ココアプチクッキー・牛乳	牛乳かりんとう・牛乳	おにぎり・麦茶	ミニミレービスケット・牛乳	ポテトチップス・牛乳	お菓子・牛乳
	離乳食	お菓子	茹でほうれん草とナス	茹で豆腐とツナ	茹でじゃが芋とインゲン	茹で人参と大根	お菓子
		23日（月）	24日（火）	25日（水）	26日（木）	27日（金）	28日（土）
昼食	普通食	勤労感謝の日	鮭のムニエル	松風焼	やきそば	ヤンニョムチキン	ビビンバ丼
			ひじきと大豆の煮物	トマトとレタスのサラダ	みかん・わかめスープ	切干大根のサラダ	玉子スープ
			白菜のスープ	ビーフシチュー	ロールパン	中華スープ	バナナ
	離乳食		魚の豆乳煮	松風焼	豆腐の煮物	鶏ささみの味噌煮	鶏そぼろ丼
			茹で南瓜とブロッコリー	茹で胡瓜とリンゴ	茹で人参とさつま芋	茹で大根とブロッコリー	すまし汁
			白菜のスープ	シチュー	わかめスープ	すまし汁	バナナ
おやつ	普通食		ミニひじきあられ・牛乳	りんご・牛乳	ゼリー・牛乳	メロンパン・牛乳	お菓子・牛乳
	離乳食		茹で豆腐とじゃこ	茹で大根とツナ	茹で南瓜とインゲン	茹で人参とナス	お菓子
		30日（月）					
昼食	普通食	サバの生姜ソース					
		ほうれん草のナムル					
		春雨スープ					
	離乳食	魚のトマト煮					
		茹でじゃがいもとほうれん草					
		春雨スープ					
おやつ	普通食	さつま芋のスコーン・牛乳					
	離乳食	茹で胡瓜と大根					

※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～

今年もあと2ヶ月となり、少しずつ冬らしく寒さを感じる季節となりました。寒くなると、風邪やインフルエンザが流行ってきますので、たくさん睡眠をとって、ビタミンの多い食材を食べて感染予防に努めましょう。
今月の食材は大人も子どもも大好きなさつま芋です。
腸内環境を整えたり、脳のエネルギー源となるビタミンB群やビタミンCも含まれています。