



給食予定献立表

横田保育園

~今月の予定平均栄養摂取量~

	未満児	以上児
エネルギー	483kcal	382kcal
たんぱく質	18.3g	17.0g
脂 肪	15.8g	15.9g

		1日(水)		2日(木)		3日(金)		4日(土)					
未満児主食	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	文化の日	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん				
副食	鯖の味噌煮 めかぶの和え物 せんべい汁 みかん	ひじき卵 青菜のごま和え じゃが芋と豆腐の味噌汁 りんご	副食	豚肉の味噌炒め さつま芋サラダ かぶの味噌汁 バナナ	文化の日	副食	豚肉の味噌炒め さつま芋サラダ かぶの味噌汁 バナナ	副食	豚肉の味噌炒め さつま芋サラダ かぶの味噌汁 バナナ				
おやつ	アップルパイ・牛乳	アップルパイ・牛乳	アップルパイ・牛乳	アップルパイ・牛乳	アップルパイ・牛乳	アップルパイ・牛乳	アップルパイ・牛乳	アップルパイ・牛乳	アップルパイ・牛乳				
		6日(月)		7日(火)		8日(水)		9日(木)		10日(金)		11日(土)	
未満児主食	ごまごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	手作り弁当の日	ごはん	ごはん	ごはん
副食	鶏肉の甘辛煮 切り干し大根の炒り煮 若布の味噌汁 りんご	すき焼き風煮 りんごサラダ すまし汁 柿	南瓜グラタン シーフードサラダ ベーコンスープ キウイフルーツ	小魚と大豆のからめ煮 千草和え 里芋の味噌汁 みかん	鮭のホイル焼き 生揚げの煮物 かきたま汁 りんご	手作り弁当の日	手作り弁当の日	手作り弁当の日	手作り弁当の日	手作り弁当の日	手作り弁当の日	手作り弁当の日	手作り弁当の日
おやつ	五平餅風・牛乳	さつま芋入りおもち・牛乳	ツナサンド・牛乳	スポン・せんべい	スポン・せんべい	スポン・せんべい	スポン・せんべい	スポン・せんべい	スポン・せんべい	スポン・せんべい	スポン・せんべい	スポン・せんべい	スポン・せんべい
		13日(月)		14日(火)		15日(水)		16日(木)		17日(金)		18日(土)	
未満児主食	ごはん	卵ごはん	【発表会総練習】	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん
副食	ポテトオムレツ 三色サラダ コンソメスープ 柿	さんまの蒲焼き 里芋の煮付け 五目味噌汁 みかん	おにぎり弁当 野菜ジュース	カレー肉じゃが 大徳寺和え 油揚げの味噌汁 りんご	カレー肉じゃが 大徳寺和え 油揚げの味噌汁 りんご	味噌おでん 玉菜といんげんのごま豆腐和え きのこスープ バナナ	味噌おでん 玉菜といんげんのごま豆腐和え きのこスープ バナナ	味噌おでん 玉菜といんげんのごま豆腐和え きのこスープ バナナ	味噌おでん 玉菜といんげんのごま豆腐和え きのこスープ バナナ	味噌おでん 玉菜といんげんのごま豆腐和え きのこスープ バナナ	味噌おでん 玉菜といんげんのごま豆腐和え きのこスープ バナナ	味噌おでん 玉菜といんげんのごま豆腐和え きのこスープ バナナ	味噌おでん 玉菜といんげんのごま豆腐和え きのこスープ バナナ
おやつ	もちもちポンデドーナツ・牛乳	じゃこトースト・牛乳	ヨーグルト・せんべい	かまもち・牛乳	かまもち・牛乳	かまもち・牛乳	かまもち・牛乳	かまもち・牛乳	かまもち・牛乳	かまもち・牛乳	かまもち・牛乳	かまもち・牛乳	かまもち・牛乳
		20日(月)		21日(火)		22日(水)		23日(木)		24日(金)		25日(土)	
未満児主食	ごはん	ごはん	【ほかほかごはん】	ごはん	勤労感謝の日	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん
副食	豚肉の柳川もどき かにの酢の物 南瓜といんげんの味噌汁 キウイフルーツ	麻婆豆腐 ごまもやし 卵スープ りんご	エビカツ みそドレッシングサラダ 若布コーンスープ みかん	エビカツ みそドレッシングサラダ 若布コーンスープ みかん	勤労感謝の日	鶏肉醤油煮 三色ソテー すり身汁 柿	鶏肉醤油煮 三色ソテー すり身汁 柿	鶏肉醤油煮 三色ソテー すり身汁 柿	鶏肉醤油煮 三色ソテー すり身汁 柿	鶏肉醤油煮 三色ソテー すり身汁 柿	鶏肉醤油煮 三色ソテー すり身汁 柿	鶏肉醤油煮 三色ソテー すり身汁 柿	じゃが芋のそぼろ煮 玉葱とベーコンのカレー炒め 豆腐の味噌汁 バナナ
おやつ	二色団子・牛乳	いが栗坊や・牛乳	カルピスゼリー・せんべい	カルピスゼリー・せんべい	カルピスゼリー・せんべい	やきそばロール・牛乳	やきそばロール・牛乳	やきそばロール・牛乳	やきそばロール・牛乳	やきそばロール・牛乳	やきそばロール・牛乳	やきそばロール・牛乳	やきそばロール・牛乳
		27日(月)		28日(火)		29日(水)		30日(木)		勤労感謝の日			
未満児主食	ごはん	【お誕生会】	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	勤労感謝の日			
副食	ハワイアンポークソテー ブロッコリーサラダ 南瓜ポタージュ りんご	赤飯 鶏の唐揚げ ヤーコンサラダ しめたま汁・みかん	赤魚塩焼き ひじき炒り煮 つくね汁 キウイフルーツ	赤魚塩焼き ひじき炒り煮 つくね汁 キウイフルーツ	炒り鶏 青菜和え 大根汁 柿	炒り鶏 青菜和え 大根汁 柿	炒り鶏 青菜和え 大根汁 柿	炒り鶏 青菜和え 大根汁 柿	炒り鶏 青菜和え 大根汁 柿	勤労感謝の日			
おやつ	アメリカンドック・牛乳	ケーキ・牛乳	からいも団子・牛乳	からいも団子・牛乳	すりおろしりんごゼリー・せんべい	すりおろしりんごゼリー・せんべい	すりおろしりんごゼリー・せんべい	すりおろしりんごゼリー・せんべい	すりおろしりんごゼリー・せんべい	勤労感謝の日			

勤労感謝の日は、いつも忙しく働いている人に感謝をする日だと思われがちですが起源は「新嘗祭(にいなめさい)」という五穀豊穡を感謝する儀式から来ています。昔から日本では、毎年11月23日に収穫した作物を神様にお供えして今年も収穫を無事行えたということを伝えていました。