

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
				1	2	3 文化の日
副食	 <p>11月の給食目標 食べることを喜び、 楽しんで食事をしよう！</p>			親子煮 青菜のごま和え 凍豆腐の味噌汁 ぶどう	ミートローフ カリフラワーのサラダ きのこスープ りんご	
おやつ				レアチーズ クラッカー	ふかしいも 牛乳	
	5	6	7 かみかみデー	8	9	10 保育参観日
副食	たまごのミートソースかけ マカロニサラダ コンソメスープ キウイフルーツ	すきやき風煮 ごまもやし 大根汁 みかん	★小魚と大豆のからめ煮 ★利休和え さつまいも甘煮 しめたま汁・柿	春巻 りんごサラダ 白菜と人参の味噌汁 ミニトマト	鮭のきのこクリームソース ★カミカミサラダ わかめスープ バナナ	★筑前煮 ブロッコリーのごま酢和え かきたま汁 みかん
おやつ	豆腐のごまだれ団子 牛乳	ポテトピザ 牛乳	★もちもちドーナツ 牛乳	ツナサンド 牛乳	豆乳ババロア せんべい	
	12	13	14	15 ほかほかごはんの日	16	17
副食	豚肉と野菜の炒め煮 ★ごぼうサラダ もやしの味噌汁 キウイフルーツ	★焼きししやも 干草和え 吉野汁 ぶどう	麻婆豆腐 もやしのナムル キャベツと油揚げの味噌汁 りんご	中華ローストチキン バンサンスー ミネストローネ みかん	たらのカレーソースかけ 大根サラダ 里芋の味噌汁 柿	ハムピカタ にらと挽肉のたまごとし 玉ねぎとわかめの味噌汁 バナナ
おやつ	かぼちゃ蒸しパン 牛乳	しょうゆ団子 牛乳	芋かりんとう 牛乳	ホットケーキ 牛乳	ピーナッツサンド 牛乳	
	19	20 お誕生会	21	22	23 勤労感謝の日	24
副食	ポテトオムレツ 青菜としめじのお浸し かぶの味噌汁 ぶどう	赤飯・鶏からあげ ★切干大根の和風サラダ 凍豆腐の清汁 みかん	豆腐とひじきのつくね ★七福ナムル せんべい汁 りんご	厚焼きたまご きゅうりの酢味噌和え ★煮豆・煮込みうどん キウイフルーツ		炒り豆腐 ごま酢キャベツ 豆麩の味噌汁 バナナ
おやつ	ドーナツ 牛乳	さつまいもとりんごのケーキ 牛乳	カルピスゼリー ビスケット	★ラスク ヨーグルト		
	26	27	28	29	30	
副食	シチュー ウィンナーソテー ほうれん草とコーンのサラダ 柿	豆腐だんごのケチャップ煮 ブロッコリーサラダ はんぺんスープ ミニトマト	ハワイアンポークソテー シーフードサラダ にらたま汁 キウイフルーツ	味噌おでん ★大徳寺和え なめこ汁 りんご	鶏肉のオニオンマト煮 中華風サラダ カレー汁 みかん	
おやつ	たまごサンド 牛乳	パンナコッタ せんべい	なべやき 牛乳	★ごまポッキー 牛乳	★きなこ餅 牛乳	



11月12日(月)
「かぼちゃ蒸しパン」

*16:00~16:40の間、給食展示
コーナーにてご試食してください。

11月の
予定平均
給与栄養量

- エネルギー …439kcal
- たんぱく質 …18.5g
- 脂質 …18.7g



11月7日(水)「かみかみデー」

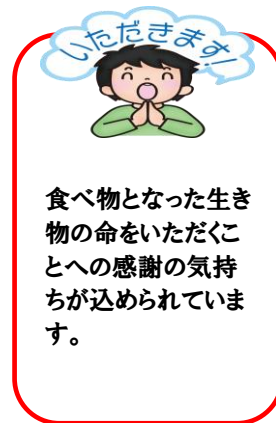
「かみかみ食材」
干ししらす・大豆・たくあん

★印のメニューは
「かみかみメニュー」です。

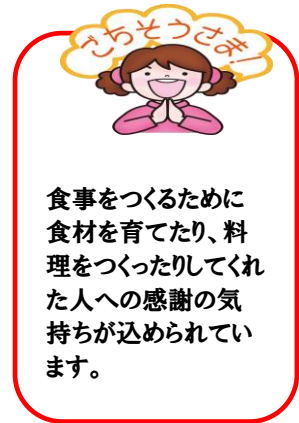
「いただきます」と「ごちそうさま」

♡感謝の気持ちを持って食べましょ♡

食事の時の「いただきます」や「ごちそうさま」には
意味があります。気持ちを込めてあいさつをしましょう。



食べ物となった生き
物の命をいただくこ
とへの感謝の気持
ちが込められていま
す。



食事をつくるために
食材を育てたり、料
理をつくったりしてく
れた人への感謝の気
持ちが込められてい
ます。