

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日			
未満児主食	 <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>			1	2	3 文化の日			
副食				ごはん 親子煮 青菜のごま和え 凍豆腐の味噌汁 ぶどう	ごはん ごはん すき焼き風煮 ごまもやし 大根汁 みかん	ごはん ★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	ごはん 春巻 りんごサラダ 白菜と人参の味噌汁 ミニトマト	ごはん 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	
おやつ				レアチーズ クラッカー		★もちもちドーナツ 牛乳	ツナサンド 牛乳	ふかしいも 牛乳	
	5	6	7 かみかみデー	8	9	10 保育参観日			
未満児主食	ひじきごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん			
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	すき焼き風煮 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	16	17			
未満児主食	ごはん	ごはん	ごはん	さつまいもごはん	ごはん	ごはん			
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	★焼きししゃも 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じ 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	ピーナツサンド 牛乳				
	19	20 お誕生会	21	22	23 勤労感謝の日	24			
未満児主食	ごはん	赤飯	ごはん	ごはん		ごはん			
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	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				
未満児主食	ごはん	しらすごはん	ごはん	ごはん	ごはん				
副食	シチュー ウイナーソテー 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				



おやつ試食予定日

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 …565kcal
- たんぱく質 …20.4g
- 脂質 …19.1g



11月7日(水)「かみかみデー」

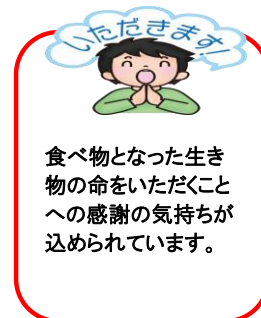
「かみかみ食材」
干ししらす・大豆・たくあん

★印のメニューは「かみかみメニュー」です。

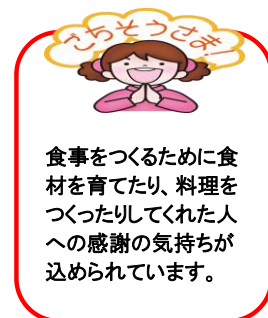
「いただきます」と「ごちそうさま」

♡感謝の気持ちを持って食べましょう♡

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。