

11月献立表

(旬の食材)

(さつま芋・小松菜・白菜・みかん)

	日(月)	日(火)	日(水)	日(木)	1日(金)	2日(土)
10時					牛乳	スタミン
昼食					玄米ごはん 鶏肉のねぎ焼き 小松菜のお浸し スープ	ごはん 回鍋肉 グリーンサラダ
15時					牛乳 ベーコン蒸しパン	飲むヨーグルト 菓子
	4日(月)	5日(火)	6日(水)	7日(木)	8日(金)	9日(土)
10時		牛乳	ジュース	牛乳	牛乳	スタミン
昼食	(振替休日)	玄米ごはん 肉豆腐 キャベツの甘酢和え バナナ	玄米ごはん 豚肉の中華煮 ひじきサラダ 汁物	玄米ごはん サバの竜田揚げ 白和え りんご	玄米ごはん 鶏肉の照り焼き さつま芋のサラダ 汁物	わかめごはん 牛肉のもろみ煮 コーンサラダ
15時		牛乳 おからマフィン	牛乳 ツナマヨサンド*	焼きうどん	牛乳 菓子	牛乳 菓子
	11日(月)	12日(火)	13日(水)	14日(木)	15日(金)	16日(土)
10時	牛乳	牛乳	ジュース	牛乳	牛乳(七五三)	スタミン
昼食	パン・牛乳 豚肉のチーズ焼き キャベツのサラダ バナナ	玄米ごはん 鶏肉のレモン煮 もやしのごま和え 汁物	玄米ごはん ちくわの磯辺揚げ 小松菜の のり酢和え りんご	焼き豚丼 キャベツのナムル バナナ	きつね炊き込みご飯 牛肉のソース煮 ハムサラダ スープ	ごはん 厚揚げの煮物 きゅうりのごま和え
15時	おにぎり(ゆかり)	牛乳 菓子	牛乳 甘酒入り蒸しパン	牛乳 菓子	牛乳 さつま芋ガレット	牛乳 菓子
	18日(月)	19日(火)	20日(水)	21日(木)	22日(金)	23日(土)
10時	牛乳	牛乳(食育の日)	ジュース(角笛シルエツ)	牛乳	牛乳	
昼食	玄米ごはん 白菜の蒸し団子 さつま芋の含め煮 汁物 (ししゃも)	玄米ごはん とり天 小松菜のサラダ りんご	玄米ごはん(おにぎり) ミートボール ポテトサラダ みかん (たこさんウインナー)	玄米ごはん 豚肉の甘辛煮 野菜炒め 汁物 (納豆)	玄米ごはん 鮭のマヨネーズ焼き 切り干し煮 みそ汁	(勤労感謝の日)
15時	牛乳 菓子	牛乳 ポンデケーキ	牛乳 菓子	牛乳 フライドポテト	牛乳 レモンケーキ	
	25日(月)	26日(火)	27日(水)	28日(木)	29日(金)	30日(土)
10時	牛乳	牛乳	ジュース	牛乳	牛乳	スタミン
昼食	玄米ごはん 豚肉の香味焼き マカロニサラダ スープ	玄米ごはん 煮魚 小松菜の ごまマヨ和え 汁物	玄米ごはん おでん 和風サラダ おかずいりこ	肉うどん 白菜のおかか和え バナナ	パン シチュー キャベツのマリネ りんご	ゆかりごはん 豚肉のごま焼き フレンチサラダ
15時	牛乳 スイートポテト	牛乳 菓子	牛乳 マーラーカオ	牛乳 菓子	おにぎり(のり塩)	野菜ジュース 菓子

- ・材料購入等の都合により、献立を変更する場合があります。
- ・21日の納豆はらいおん組、18日のししゃもは、ぺんぎん・らいおん組が食べます。
- ・パンの日について・・・こあら・りす組はロールパン、あひる・ぺんぎん・らいおん組は米粉パンになります。
- ・今月の食育の日(19日)お昼は、こあら組担任のリクエストメニューです。
- ・菓子の日の1階クラスは2.3種類の中から好きなお菓子を選べます。

