向山保育園

● 11月の献立表為。

_						1 .	w.o.tu.t-
В	曜	3歳未満!			副食	<u> </u>	後のおやつ
		午前のおやつ	主食	献立名	食材料名	献立名	食材料名
1	土	牛乳・ビスケ	ット			た	茶・あられ
		牛乳 ボーロ	ご飯	鶏肉の照り焼き	鶏肉、砂糖、しょうゆ、みりん、しょうが、油、片栗粉	牛乳 ★マカロニきな粉	マカロニ、きな粉、砂糖
4	火			ポテトサラダ	じゃが芋、きゅうり、人参、ハム、マヨネーズ、塩		
				えのきたけのみそ汁	えのきたけ、人参、玉ねぎ、わかめ、煮干し、みそ		
				鶏肉の梅じょうゆ焼き	鶏肉、塩、梅干し、かつお節、めんつゆ、小麦粉、油		
5	水	牛乳 おかき	ご飯	ごま和え	白菜、人参、かまぼこ、ごま、砂糖、しょうゆ	牛乳 ロールカステラ	
				大根のみそ汁	大根、しめじ、にんじん、油揚げ、小松菜、煮干し、みそ		
				肉じゃがカレー味	じゃがいも、玉ねぎ、人参、豚肉、カレー粉、油、しょうゆ、砂糖、みりん、グリンピース	+>++	
6	木	牛乳 せんべい	ご飯	中華風和え物	チンゲン菜、人参、卵、もやし、しょうゆ、酢、砂糖、ごま油	ー お茶 ★さつまいもご飯	米、さつまいも、 食塩、黒ごま
				豆腐と油揚げのみそ汁	豆腐、玉ねぎ、人参、油揚げ、ねぎ、煮干し、みそ	のおにぎり	K-MC-G
	金	牛乳 クラッカー	ご飯	大豆とごぼうの落とし揚げ	ゆで大豆、鶏ひき肉、ごぼう、小麦粉、卵、しょうゆ、食塩、油		
7				かみかみサラダ	さきいか、切り干し大根、人参、きゅうり、もやし、しょうゆ、ごま油、酢、砂糖、こしょう	牛乳 ごませんべい	
				野菜スープ	大根、人参、玉ねぎ、ねぎ、洋風だしの素、食塩		
8	±	牛乳・フレ ・				お茶	・かりんとう
	_	牛乳かみかみ昆布		白身魚のポン酢煮	赤魚、ぽん酢しょうゆ	牛乳	nones /
	月			じゃがいもときのこのソテー	じゃがいも、ベーコン、しめじ、オリーブ油、塩、こしょう、お好みソース		
	, ,			キャベツのみそ汁	しゃかいも、ヘーコン、しめし、オリーノ油、塩、こしょう、の好みソース キャベツ、人参、油揚げ、ねぎ、煮干し、みそ	パームクーヘン	
-							
11	火	牛乳 ビスケット	ご飯	厚揚げのミートソース煮	豚肉、人参、玉ねぎ、ケチャップ、砂糖、塩、厚揚げ、コーン缶、パセリ		ロールパン、油、きな粉、砂糖、グラニュー糖
				彩り和え	キャベツ、人参、ほうれん草、卵、砂糖、油、しょうゆ、塩	★揚げパン	
				大根としめじのスープ	大根、小松菜、人参、しめじ、ベーコン、洋風だしの素、塩、しょうゆ		
12	水	牛乳 乾パン		かりん揚げ	豚肉、しょうが、片栗粉、油、砂糖、しょうゆ	牛乳	
			ご飯	キャベツのごま酢和え	キャベツ、小松菜、人参、ちくわ、いりごま、酢、砂糖、しょうゆ	ウエハース	
				じゃがいものみそ汁	じゃがいも、玉ねぎ、わかめ、煮干し、みそ		
	ł	牛乳 フレーク		いわしのかば焼き	いわし、しょうが、片栗粉、油、砂糖、しょうゆ、みりん	牛乳	クラッカー、
13	木		ご飯	大豆サラダ	ゆで大豆、ハム、人参、きゅうり、すりごま、マヨネーズ	★クラッカー サンド	ブルーベリージャム、 イチゴジャム
				わかめのすまし汁	焼き麸、わかめ、人参、玉ねぎ、かつお節、昆布、しょうゆ、塩		
	ł	牛乳		長崎チャンポン	焼きそばめん、豚肉、白菜、人参、もやし、しいたけ、かまぼこ、チンゲン菜、 ごま油、中華だしの素、しょうゆ、塩、こしょう、片栗粉	お茶	
14	金	午乳 ごませんべい	ご飯	小松菜ののりポン酢和え	小松菜、人参、ツナ水煮缶、焼きのり(きざみ)、ぼん酢しょうゆ	せんべい	
	<u> </u>			ジョア		1	1
15	. –		_		お誕生会メニューのため		
15	İ	牛乳・クラッ	カー		白ごはんはいりません	お	 茶・おかき
17	土月	牛乳・クラッ 牛乳 ビスケット	カー	>			茶・おかき
		牛乳	カー	豚肉のしょうが焼き	白ごはんはいりません	サ乳 ショートケーキ	
		牛乳			白ごはんはいりませんお誕生会メニュー	キ乳 ショートケーキ サ乳 フレーク	茶・おかき バター、フレーク, マシュマロ
17	月	牛乳 ビスケット 牛乳		豚肉のしょうが焼き	白ごはんはいりません お誕生会メニュー 豚肉、玉ねぎ、油、しょうが、砂糖、しょうゆ	#乳 ショートケーキ サ乳	バター、フレーク、
17	月	牛乳 ビスケット 牛乳		豚肉のしょうが焼き キャベツのおかか和え	お誕生会メニュー お談生会メニュー 豚肉、玉ねぎ、油、しょうが、砂糖、しょうゆ キャベツ、人参、かつお節、砂糖、しょうゆ	#乳 ショートケーキ #乳 フレーク スナック	バター、フレーク, マシュマロ
17	月	キ乳 ビスケット 牛乳 ボーロ 牛乳	ご飯	豚肉のしょうが焼き キャベツのおかか和え 豆腐と玉ねぎのみそ汁	お誕生会メニュー お誕生会メニュー お談生会メニュー お談生会メニュー お談生会メニュー お談生会メニュー おびまれる おいまっか おいまっか おいまっか おいまっか はいまっか はいまっか おいまっか はいまっか はいまり はいまっか はいまっか はいまっか はいまっか はいまっか はいまり はいまり はいまり はいまり はいまり はいまり はいまり はいまり	キ乳 ショートケーキ サ乳 フレーク	バター、フレーク, マシュマロ 食パン、玉ねぎ、人参、 油、ブロッコリー、
17	月火	牛乳 ビスケット 牛乳 ボーロ	ご飯	豚肉のしょうが焼き キャベツのおかか和え 豆腐と玉ねぎのみそ汁 スタミナ納豆 干草和え	お誕生会メニュー 「豚肉、玉ねぎ、油、しょうが、砂糖、しょうゆ キャベツ、人参、かつお節、砂糖、しょうゆ 木綿豆腐、玉ねぎ、えのきたけ、人参、ねぎ、煮干し、みそ 納豆、鶏肉、人参、ねぎ、しょうが、にんにく、ごま油、しょうゆ 小松菜、えのきたけ、白菜、人参、ハム、しょうゆ、油	# # # # # # # プレーク スナック	バター、フレーク、 マシュマロ 食パン、玉ねぎ、人参、
17	月火	+乳 ビスケット +乳 ボーロ +乳	ご飯	豚肉のしょうが焼き キャベツのおかか和え 豆腐と玉ねぎのみそ汁 スタミナ納豆 干草和え かきたま汁	お誕生会メニュー 豚肉、玉ねぎ、油、しょうが、砂糖、しょうゆ	キ乳 ショートケーキ ー 牛乳 フレーク スナック ー 牛乳 ★ブロッコリーとかけの	バター、フレーク, マシュマロ 食パン、玉ねぎ、人参、 油、ブロッコリー、
17	月火水	4乳 ピスケット 4乳 ボーロ 4乳 かみかみ昆布	ご飯	豚肉のしょうが焼き キャベツのおかか和え 豆腐と玉ねぎのみそ汁 スタミナ納豆 干草和え かきたま汁 ボークビカタ	お誕生会メニュー 野肉、玉ねぎ、油、しょうが、砂糖、しょうゆ キャベツ、人参、かつお節、砂糖、しょうゆ 木綿豆腐、玉ねぎ、えのきたけ、人参、ねぎ、煮干し、みそ 納豆、鶏肉、人参、ねぎ、しょうが、にんにく、ごま油、しょうゆ 小松菜、えのきたけ、白菜、人参、ハム、しょうゆ、油 豆腐、卵、人参、わかめ、かつお節、塩、しょうゆ、片栗粉 豚肉、塩、こしょう、小麦粉、卵、油、ケチャップ、ウスターソース	#乳 ショートケーキ 中乳 フレーク スナック ★ブ ロッコリーとツナクの チーズ トースト	バター、フレーク, マシュマロ 食パン、玉ねぎ、人参、 油、ブロッコリー、
17	月火	+乳 ビスケット +乳 ボーロ +乳	ご飯	豚肉のしょうが焼き キャベツのおかか和え 豆腐と玉ねぎのみそ汁 スタミナ納豆 干草和え かきたま汁 ボークビカタ 大根きんびら	お誕生会メニュー 「	#乳 ショートケーキ #乳 フレーク スナック ★プ DyJJ-とがの チ-ズ ト-スト	バター、フレーク, マシュマロ 食パン、玉ねぎ、人参、 油、ブロッコリー、
17	月火水	4乳 ピスケット 4乳 ボーロ 4乳 かみかみ昆布	ご飯	豚肉のしょうが焼き キャベツのおかか和え 豆腐と玉ねぎのみそ汁 スタミナ納豆 千草和え かきたま汁 ボークビカタ 大根きんびら もやしのみそ汁	お誕生会メニュー お誕生会メニュー お談性会メニュー お談性会 おびはんはいりません お談性会 おびはんはいりません おびはんはいりません おびはんはいりません おびはんはいりません おびはんはいりません おびはんはいりません おびはんはいりません キャベツ、人参、かつお節、砂糖、しょうゆ 木綿豆腐、玉ねぎ、えのきたけ、人参、ハム、しょうゆ、油豆腐、卵、人参、わかめ、かつお節、塩、しょうゆ、油豆腐、卵、人参、わかめ、かつお節、塩、しょうゆ、片栗粉 「豚肉、塩、こしょう、小麦粉、卵、油、ケチャップ、ウスターソース 大根、人参、ちくわ、ねぎ、油、しょうゆ、ごま もやし、人参、玉ねぎ、しいたけ、ねぎ、煮干し、みそ	#乳 ショートケーキ 中乳 フレーク スナック ★ブ ロッコリーとツナクの チーズ トースト	バター、フレーク, マシュマロ 食パン、玉ねぎ、人参、 油、ブロッコリー、
17 18 19 20	月火水木	4乳 ピスケット 4乳 ボーロ 4乳 かみかみ昆布	ご飯ご飯	豚肉のしょうが焼き キャベツのおかか和え 豆腐と玉ねぎのみそ汁 スタミナ納豆 千草和え かきたま汁 ボークビカタ 大根きんびら もやしのみそ汁 白身魚のみそ煮	お誕生会メニュー お誕生会メニュー お談性会メニュー お談性会 おびはんはいりません お談性会 おびはんはいりません おびはんはいりません おびはんはいりません おびはんはいりません おびはんはいりません おびはんはいりません おびはんはいりません キャベツ、人参、かつお節、砂糖、しょうゆ 小松菜、えのきたけ、白菜、人参、ハム、しょうゆ、油豆腐、卵、人参、わかめ、かつお節、塩、しょうゆ、片栗粉 「豚肉、塩、こしょう、小麦粉、卵、油、ケチャップ、ウスターソース 大根、人参、ちくわ、ねぎ、油、しょうゆ、ごま もやし、人参、玉ねぎ、しいたけ、ねぎ、煮干し、みそ 赤魚、しょうが、みそ、みりん、砂糖	#乳 ショートケーキ 	バター、フレーク, マシュマロ 食パン、玉ねぎ、人参、 油、ブロッコリー、
17	月火水	4乳 ピスケット 4乳 ボーロ 4乳 かみかみ昆布	ご飯ご飯	豚肉のしょうが焼き キャベツのおかか和え 豆腐と玉ねぎのみそ汁 スタミナ納豆 干草和え かきたま汁 ボークビカタ 大根きんびら もやしのみそ汁 白身魚のみそ煮 キャベツの昆布和え	お誕生会メニュー お談生会メニュー お談生会メニュー お談生会メニュー お談生会メニュー お談生会メニュー お談しまうゆ キャベツ、人参、かつお節、砂糖、しょうゆ 木綿豆腐、玉ねぎ、えのきたけ、人参、ねぎ、煮干し、みそ 納豆、鶏肉、人参、ねぎ、しょうが、にんにく、ごま油、しょうゆ 小松菜、えのきたけ、白菜、人参、ハム、しょうゆ、油豆腐、卵、人参、わかめ、かつお節、塩、しょうゆ、片栗粉 豚肉、塩、こしょう、小麦粉、卵、油、ケチャップ、ウスターソース 大根、人参、ちくわ、ねぎ、油、しょうゆ、ごま もやし、人参、玉ねぎ、しいたけ、ねぎ、煮干し、みそ 赤魚、しょうが、みそ、みりん、砂糖 キャベツ、人参、塩昆布	#乳 ショートケーキ サ乳 フレーク スナック ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	バター、フレーク, マシュマロ 食パン、玉ねぎ、人参、 油、ブロッコリー、
17 18 19 20 21	月火水木金	牛乳 ピスケット 牛乳 ボーロ 牛乳 かみかみ見布 ヨーグルト 牛乳 ウエハース	ご飯	豚肉のしょうが焼き キャベツのおかか和え 豆腐と玉ねぎのみそ汁 スタミナ納豆 千草和え かきたま汁 ボークビカタ 大根きんびら もやしのみそ汁 白身魚のみそ煮	お誕生会メニュー お誕生会メニュー お談性会メニュー お談性会 おびはんはいりません お談性会 おびはんはいりません おびはんはいりません おびはんはいりません おびはんはいりません おびはんはいりません おびはんはいりません おびはんはいりません キャベツ、人参、かつお節、砂糖、しょうゆ 小松菜、えのきたけ、白菜、人参、ハム、しょうゆ、油豆腐、卵、人参、わかめ、かつお節、塩、しょうゆ、片栗粉 「豚肉、塩、こしょう、小麦粉、卵、油、ケチャップ、ウスターソース 大根、人参、ちくわ、ねぎ、油、しょうゆ、ごま もやし、人参、玉ねぎ、しいたけ、ねぎ、煮干し、みそ 赤魚、しょうが、みそ、みりん、砂糖	#乳 ショートケーキ 中乳 フレーク スナック ★プロプリーと対の チーズトースト ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	パター、フレーク、 マシュマロ 食パン、玉ねぎ、人参、 油、ブロッコリー、 ツナ、食塩、チーズ
17 18 19 20	月火水木	牛乳 ピスケット 牛乳 ボーロ 牛乳 かみかみ昆布 ヨーグルト 牛乳	ご飯	豚肉のしょうが焼き キャベツのおかか和え 豆腐と玉ねぎのみそ汁 スタミナ納豆 干草和え かきたま汁 ボークビカタ 大根きんびら もやしのみそ汁 白身魚のみそ煮 キャベツの昆布和え けんちん汁	お誕生会メニュー 野肉、玉ねぎ、油、しょうが、砂糖、しょうゆ キャベツ、人参、かつお節、砂糖、しょうゆ 木綿豆腐、玉ねぎ、えのきたけ、人参、ねぎ、煮干し、みそ 納豆、鶏肉、人参、ねぎ、しょうが、にんにく、ごま油、しょうゆ 小松菜、えのきたけ、白菜、人参、ハム、しょうゆ、油 豆腐、卵、人参、わかめ、かつお節、塩、しょうゆ、片栗粉 豚肉、塩、こしょう、小麦粉、卵、油、ケチャップ、ウスターソース 大根、人参、ちくわ、ねぎ、油、しょうゆ、ごま もやし、人参、玉ねぎ、しいたけ、ねぎ、煮干し、みそ 赤魚、しょうが、みそ、みりん、砂糖 キャベツ、人参、塩昆布 鶏肉、大根、さといも、人参、ごぼう、ねぎ、こんにゃく、豆腐、油揚げ、かつお節、しょうゆ、塩	#乳 ショートケーキ 中乳 フレーク スナック ★プロプリーと対の チーズトースト ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	バター、フレーク, マシュマロ 食パン、玉ねぎ、人参、 油、ブロッコリー、
17 18 19 20 21 22	月 火 水 木 金 土	牛乳 ピスケット 牛乳 ボーロ キ乳 カみかみ見布 ヨーグルト 中乳・塩せん 牛乳・塩せん	ご飯ご飯	豚肉のしょうが焼き キャベツのおかか和え 豆腐と玉ねぎのみそ汁 スタミナ納豆 干草和え かきたま汁 ボークビカタ 大根きんびら もやしのみそ汁 白身魚のみそ煮 キャベツの昆布和え けんちん汁	お誕生会メニュー 「豚肉、玉ねぎ、油、しょうが、砂糖、しょうゆ	#乳 ショートケーキ #乳 フレーク スナック *プロプリーと別の チーズトースト #乳 パナナ	パター、フレーク、 マシュマロ 食パン、玉ねぎ、人参、 油、ブロッコリー、 ツナ、食塩、チーズ
17 18 19 20 21	月火水木金	牛乳 ピスケット 牛乳 ボーロ 牛乳 かみかみ見布 ヨーグルト 牛乳 ウエハース	ご飯ご飯	豚肉のしょうが焼き キャベツのおかか和え 豆腐と玉ねぎのみそ汁 スタミナ納豆 干草和え かきたま汁 ボークビカタ 大根きんびら もやしのみそ汁 白身魚のみそ煮 キャベツの昆布和え けんちん汁	お誕生会メニュー 野肉、玉ねぎ、油、しょうが、砂糖、しょうゆ キャベツ、人参、かつお節、砂糖、しょうゆ 木綿豆腐、玉ねぎ、えのきたけ、人参、ねぎ、煮干し、みそ 納豆、鶏肉、人参、ねぎ、しょうが、にんにく、ごま油、しょうゆ 小松菜、えのきたけ、白菜、人参、ハム、しょうゆ、油 豆腐、卵、人参、わかめ、かつお節、塩、しょうゆ、片栗粉 豚肉、塩、こしょう、小麦粉、卵、油、ケチャップ、ウスターソース 大根、人参、ちくわ、ねぎ、油、しょうゆ、ごま もやし、人参、玉ねぎ、しいたけ、ねぎ、煮干し、みそ 赤魚、しょうが、みそ、みりん、砂糖 キャベツ、人参、塩昆布 鶏肉、大根、さといも、人参、ごぼう、ねぎ、こんにゃく、豆腐、油揚げ、かつお節、しょうゆ、塩	#乳 ショートケーキ 中乳 フレーク スナック ★プロプリーと対の チーズトースト ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	パター、フレーク、 マシュマロ 食パン、玉ねぎ、人参、 油、ブロッコリー、 ツナ、食塩、チーズ
17 18 19 20 21 22	月 火 水 木 金 土	牛乳 ピスケット 牛乳 ボーロ キ乳 かみかみ見布 コーグルト 中乳・塩せん 牛乳・塩せん 牛乳 牛乳・塩せん 牛乳・塩せん	ご飯ご飯	豚肉のしょうが焼き キャベツのおかか和え 豆腐と玉ねぎのみそ汁 スタミナ納豆 干草和え かきたま汁 ボークビカタ 大根きんびら もやしのみそ汁 白身魚のみそ煮 キャベツの昆布和え けんちん汁	お誕生会メニュー 「豚肉、玉ねぎ、油、しょうが、砂糖、しょうゆ	#乳 ショートケーキ #乳 フレーク スナック ★7 ロッコリーと別りの チーズ・トースト #乳 バナナ お茶 せんべい	バター、フレーク、 マシュマロ 食パン、玉ねぎ、人参、 油、ブロッコリー、 ツナ、食塩、チーズ
17 18 19 20 21 22	月 火 水 木 金 土	+乳 ピスケット +乳 ボーロ +乳 かみかみ 昆布 ヨーグルト ・乳 ・塩せん ・ボップコーン	ご飯ご飯	豚肉のしょうが焼き キャベツのおかか和え 豆腐と玉ねぎのみそ汁 スタミナ納豆 干草和え かきたま汁 ボークビカタ 大根きんびら もやしのみそ汁 白身魚のみそ煮 キャベツの昆布和え けんちん汁 キャベツと豚肉のみそ炒め 豆腐とえのきたけのすまし汁	お誕生会メニュー 「豚肉、玉ねぎ、油、しょうが、砂糖、しょうゆ	#乳 ショートケーキ サ乳 フナック オプロック ★プロップリーとがの チーズ・トースト ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	バター、フレーク、 マシュマロ 食パン、玉ねぎ、人参、 油、ブロッコリー、 ツナ、食塩、チーズ ・ビスケット さつまいも、油、砂糖、 しょうゆ、黒ごま
17 18 19 20 21 22	月 火 水 木 金 土	牛乳 ピスケット 牛乳 ボーロ キ乳 かみかみ見布 コーグルト 中乳・塩せん 牛乳・塩せん 牛乳 牛乳・塩せん 牛乳・塩せん	ご飯	豚肉のしょうが焼き キャベツのおかか和え 豆腐と玉ねぎのみそ汁 スタミナ納豆 干草和え かきたま汁 ボークビカタ 大根きんびら もやしのみそ汁 白身魚のみそ煮 キャベツの昆布和え けんちん汁 キャベツと豚肉のみそ炒め 豆腐とえのきたけのすまし汁 ミニゼリー	お誕生会メニュー お恋生会メニュー お恋生会メニュー お恋さ、油、しょうが、砂糖、しょうゆ 木綿豆腐、玉ねぎ、えのきたけ、人参、ねぎ、煮干し、みそ 納豆、鶏肉、人参、ねぎ、しょうが、にんにく、ごま油、しょうゆ 小松菜、えのきたけ、白菜、人参、ハム、しょうゆ、油 豆腐、卵、人参、わかめ、かつお節、塩、しょうゆ、片栗粉 豚肉、塩、こしょう、小麦粉、卵、油、ケチャップ、ウスターソース 大根、人参、ちくわ、ねぎ、油、しょうゆ、ごま もやし、人参、玉ねぎ、しいたけ、ねぎ、煮干し、みそ 赤魚、しょうが、みそ、みりん、砂糖 キャベツ、人参、塩昆布 鶏肉、大根、さといも、人参、ごぼう、ねぎ、こんにゃく、豆腐、油揚げ、かつお節、しょうゆ、塩 キャベツ、豚肉、赤パブリカ、チンゲン菜、ねぎ、にんにく、しょうが、油、みそ、しょうゆ、砂糖 木綿豆腐、人参、えのきたけ、わかめ、ねぎ、かつお節、しょうゆ、塩 木綿豆腐、人参、えのきたけ、わかめ、ねぎ、かつお節、しょうゆ、塩 木綿豆腐、人参、えのきたけ、わかめ、ねぎ、かつお節、しょうゆ、塩 木綿豆腐、人参、えのきたけ、わかめ、ねぎ、かつお節、しょうゆ、塩 おおりのよりでは、カール・カール・カール・カール・カール・カール・カール・カール・カール・カール・	#乳 ショートケーキ #乳 フレーク スナック ★7 ロッコリーと別りの チーズ・トースト #乳 バナナ お茶 せんべい	パター、フレーク、マシュマロ 食パン、玉ねぎ、人参、油、ブロッコリー、ツナ、食塩、チーズ ・ビスケット さつまいも、油、砂糖、しょうゆ、黒ごま ホットケーキ粉、卵、 牛乳、ほうれん草、
17 18 19 20 21 22 25	月火水木金土火	+乳 ヒスケット +乳 ボーロ +乳 かみかみ配布 ヨーグルト ウエハース +乳・塩せん ボップ ・鬼コーン +乳	ご飯	豚肉のしょうが焼き キャベツのおかか和え 豆腐と玉ねぎのみそ汁 スタミナ納豆 干草和え かきたま汁 ボークビカタ 大根きんびら もやしのみそ汁 白身魚のみそ煮 キャベツの昆布和え けんちん汁 キャベツと豚肉のみそ炒め 豆腐とえのきたけのすまし汁 ミニゼリー 鮭のムニエル	お誕生会メニュー お談生会メニュー お談生会メニュー お談しまうが、砂糖、しょうゆ 木綿豆腐、玉ねぎ、えのきたけ、人参、ねぎ、煮干し、みそ 納豆、鶏肉、人参、ねぎ、しょうが、にんにく、ごま油、しょうゆ 小松菜、えのきたけ、白菜、人参、ハム、しょうゆ、油 豆腐、卵、人参、わかめ、かつお節、塩、しょうゆ、片栗粉 豚肉、塩、こしょう、小麦粉、卵、油、ケチャップ、ウスターソース 大根、人参、ちくわ、ねぎ、油、しょうゆ、ごま もやし、人参、玉ねぎ、しいたけ、ねぎ、煮干し、みそ 赤魚、しょうが、みそ、みりん、砂糖 キャベツ、人参、塩昆布 鶏肉、大根、さといも、人参、ごぼう、ねぎ、こんにゃく、豆腐、油揚げ、かつお節、しょうゆ、塩 キャベツ、豚肉、赤パブリカ、チンゲン菜、ねぎ、にんにく、しょうが、油、みそ、しょうゆ、砂糖 木綿豆腐、人参、えのきたけ、わかめ、ねぎ、かつお節、しょうゆ、塩 蛙、食塩、こしょう、小麦粉、パター、油 ブロッコリー、ハム、卵、マヨネーズ、しょうゆ じゃかいも、キャベツ、玉ねぎ、人参、コーン缶、洋風だしの素、塩、こしょう は、こしょう は、こしょう	#乳 サ乳 ショートケーキ サ乳 フレック サ乳 オブ ロッコリーと 別の チーズ トースト ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	パター、フレーク、マシュマロ 食パン、玉ねぎ、人参、油、ブロッコリー、ツナ、食塩、チーズ ・ビスケット さつまいも、油、砂糖、しょうゆ、黒ごま
17 18 19 20 21 22 25	月火水木金土火	+乳 ヒスケット +乳 ボーロ +乳 かみかみ配布 ヨーグルト ウエハース +乳・塩せん ボップ ・鬼コーン +乳	ご飯	豚肉のしょうが焼き キャベツのおかか和え 豆腐と玉ねぎのみそ汁 スタミナ納豆 干草和え かきたま汁 ボークビカタ 大根きんびら もやしのみそ汁 白身魚のみそ煮 キャベツの昆布和え けんちん汁 キャベツと豚肉のみそ炒め 豆腐とえのきたけのすまし汁 ミニゼリー 鮭のムニエル ブロッコリーと卵のサラダ	お誕生会メニュー お談生会メニュー お談生会メニュー お談生会メニュー おり、 おり、 おり、 おり、 かり、 かりのより、 は、 は、 かりのより、 かりのより、 は、 かりのより、 かりのより、 は、 かりのより、 は、 かりのより、 かりのより、 は、 なりのは、 は、 かりのより、 は、 かりのより、 は、 は、 なりのは、 は、 は、 なりのは、 は、 なりのは、 は、 は、 なりのは、 は、 なりのは、 は、 は、 なりのは、 は、 は、 は、 は、 なりのは、 は、 は、	#乳 サ乳 ショートケーキ サ乳 フレック サ乳 オブ ロッコリーと 別の チーズ トースト ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	パター、フレーク、マシュマロ 食パン、玉ねぎ、人参、油、ブロッコリー、ツナ、食塩、チーズ ・ビスケット さつまいも、油、砂糖、しょうゆ、黒ごま ホットケーキ粉、卵、 牛乳、ほうれん草、
17 18 19 20 21 22 25	月火水木金土火	+乳 ヒスケット +乳 ボーロ +乳 かみかみ配布 ヨーグルト ウエハース +乳・塩せん ボップ ・鬼コーン +乳	ご飯で飯ででいる。	豚肉のしょうが焼き キャベツのおかか和え 豆腐と玉ねぎのみそ汁 スタミナ納豆 干草和え かきたま汁 ボークビカタ 大根きんびら もやしのみそ汁 白身魚のみそ煮 キャベツの昆布和え けんちん汁 キャベツと豚肉のみそ炒め 豆腐とえのきたけのすまし汁 ミニゼリー 鮭のムニエル ブロッコリーと卵のサラダ じゃがいものスープ	お誕生会メニュー 「豚肉、玉ねぎ、油、しょうが、砂糖、しょうゆ	#乳 サ乳 ショートケーキ サ乳 フレック サ乳 オブ ロッコリーと 別の チーズ トースト ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	パター、フレーク、マシュマロ 食パン、玉ねぎ、人参、油、ブロッコリー、ツナ、食塩、チーズ ・ビスケット さつまいも、油、砂糖、しょうゆ、黒ごま ホットケーキ粉、卵、 牛乳、ほうれん草、
17 18 19 20 21 22 25 26	月火水木金土火水	+乳 ピスケット 中乳 ボーロ 中乳 中乳 かみかみ 昆布 ヨーグルト 中乳 ・塩 せん ボッブ イップ イップ キ乳 ・塩 せん ボッブ イップ キ乳 ・塩 せん ボッブ イップ ・塩 サー イップ ・カー ・カー ・カー ・カー ・カー ・カー ・カー ・カー	ご飯で飯ででいる。	豚肉のしょうが焼き キャベツのおかか和え 豆腐と玉ねぎのみそ汁 スタミナ納豆 干草和え かきたま汁 ボークビカタ 大根きんびら もやしのみそ汁 白身魚のみそ煮 キャベツの昆布和え けんちん汁 キャベツと豚肉のみそ炒め 豆腐とえのきたけのすまし汁 ミニゼリー 鮭のムニエル プロッコリーと卵のサラダ じゃがいものスープ じゃぶ	お誕生会メニュー おうか おうか おい よい #乳 ショートケーキ 中乳 フフナック ★プロップリーとかの チュンドースト 牛乳 バブナースト キ乳 メブリーンパンケーキ キ乳・ ★グリーンパンケーキ 牛乳・ キ乳・ キューク	パター、フレーク、マシュマロ 食パン、玉ねぎ、人参、油、ブロッコリー、ツナ、食塩、チーズ ・ビスケット さつまいも、油、砂糖、しょうゆ、黒ごま ホットケーキ粉、卵、 牛乳、ほうれん草、	
17 18 19 20 21 22 25 26	月火水木金土火水	+乳 ピスケット 中乳 ボーロ 中乳 中乳 かみかみ 昆布 ヨーグルト 中乳 ・塩 せん ボッブ イップ イップ キ乳 ・塩 せん ボッブ イップ キ乳 ・塩 せん ボッブ イップ ・塩 サー イップ ・カー ・カー ・カー ・カー ・カー ・カー ・カー ・カー	ご飯で飯ででいる。	豚肉のしょうが焼き キャベツのおかか和え 豆腐と玉ねぎのみそ汁 スタミナ納豆 干草和え かきたま汁 ボークピカタ 大根きんびら もやしのみそ汁 白身魚のみそ煮 キャベツの昆布和え けんちん汁 キャベツと豚肉のみそ炒め 豆腐とえのきたけのすまし汁 ミニゼリー 鮭のムニエル ブロッコリーと卵のサラダ しゃがいものスープ じゃぶ 春雨の酢の物	お誕生会メニュー	#乳 ショートケーキ 中乳 フフナック ★プロップリーとかの チュンドースト 牛乳 バブナースト キ乳 メブリーンパンケーキ キ乳・ ★グリーンパンケーキ 牛乳・ キ乳・ キューク	パター、フレーク、マシュマロ 食パン、玉ねぎ、人参、油、ブロッコリー、ツナ、食塩、チーズ ・ビスケット さつまいも、油、砂糖、しょうゆ、黒ごま ホットケーキ粉、卵、 牛乳、ほうれん草、
17 18 19 20 21 22 25 26	月火水木金土火水	+乳・ +乳・ +乳・ +乳・ +乳・ +乳・ +乳・ +乳・		豚肉のしょうが焼き キャベツのおかか和え 豆腐と玉ねぎのみそ汁 スタミナ納豆 千草和え かきたま汁 ボークピカタ 大根きんびら もやしのみそ汁 白身魚のみそ煮 キャベツの昆布和え けんちん汁 キャベツと豚肉のみそ炒め 豆腐とえのきたけのすまし汁 ミニゼリー 鮭のムニエル ブロッコリーと卵のサラダ じゃがいものスープ しゃぶ 春雨の酢の物 フルーツ	お誕生会メニュー	# 単乳 クーキ	パター、フレーク、マシュマロ 食パン、玉ねぎ、人参、油、ブロッコリー、ツナ、食塩、チーズ ・ビスケット さつまいも、油、砂糖、しょうゆ、黒ごま ホットケーキ粉、卵、 牛乳、ほうれん草、
17 18 19 20 21 22 25 26	月火水木金土火水木	+乳・塩 せん ボック キュー キュー サー キュー マー キュー マー キュー マー キュー マー キュー マー キュー マー キュー キュー キュー キュー キュー キュー キュー キュー キュー キュ		豚肉のしょうが焼き キャベツのおかか和え 豆腐と玉ねぎのみそ汁 スタミナ納豆 干草和え かきたま汁 ボークビカタ 大根きんびら もやしのみそ汁 白身魚のみそ煮 キャベツの昆布和え けんちん汁 キャベツと豚肉のみそ炒め 豆腐とえのきたけのすまし汁 ミニゼリー 鮭のムニエル ブロッコリーと卵のサラダ しゃがいものスープ じゃぶ 春雨の酢の物 フルーツ ミックススパゲティ	お誕生会メニュー 「「「「「「「「「」」」」」」 「「「」」」」 「「」」 「「」」」 「「」」 「「」」 「「」」」 「「」 「「」	#乳 ショートケーキ 中乳 フフナック ★プロッフリーとがの チーズ・トースト 中乳 バナナ お茶 大大学学 ★グリーンパンケーキ 中乳 大ブリーンパンケーキ 中乳 大ブリーンパンケーキ	パター、フレーク、マシュマロ 食パン、玉ねぎ、人参、油、ブロッコリー、ツナ、食塩、チーズ ・ビスケット さつまいも、油、砂糖、しょうゆ、黒ごま ホットケーキ粉、卵、 牛乳、ほうれん草、
17 18 19 20 21 22 25 26 27	月火水木金土火水木	+乳・ +乳・ +乳・ +乳・ +乳・ +乳・ +乳・ +乳・	ご飯飯で飯飯できる。	豚肉のしょうが焼き キャベツのおかか和え 豆腐と玉ねぎのみそ汁 スタミナ納豆 干草和え かきたま汁 ボークビカタ 大根きんびら もやしのみそ汁 白身魚のみそ煮 キャベツの昆布和え けんちん汁 キャベツと豚肉のみそ炒め 豆腐とえのきたけのすまし汁 ミニゼリー 鮭のムニエル ブロッコリーと卵のサラダ じゃがいものスープ じゃぶ 春雨の酢の物 フルーツ ミックススパゲティ さつまいものコーンスープ	お誕生会メニュー 「「「「「「「「「」」」」」」 「「「」」」」 「「」」 「「」」」 「「」」 「「」」 「「」」」 「「」 「「」	# 単乳 クーキ	パター、フレーク、マシュマロ 食パン、玉ねぎ、人参、油、ブロッコリー、ツナ、食塩、チーズ ・ビスケット さつまいも、油、砂糖、しょうゆ、黒ごま ホットケーキ粉、卵、 牛乳、ほうれん草、



園庭の木々の葉も色づき、だんだんと秋が深まってきましたね。 朝晩の寒さも厳しさを増してきました。季節の変わり目は体調を崩しやすいので、 旬の食材を織り交ぜながらしっかりと食事をとり、元気いっぱいに秋を満喫しましょう!











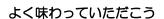
正しく箸を持てるように、2・3 歳児が給 食の食べ始めの短時間、フォークにクリッ プを付けて食べています。

クリップを外しても上手に持って食べれる子が増えてきました。

ひばり組では、フルーツの実に見立てた筒状のフェルトを取り出したり戻したり、遊ぶうちに箸の練習ができるゲームをしています。個々の発達や経験に合わせてトングを使ったり、トレーニング箸を使い、遊びながらステップアップしていけるようにがんばっています。

食事は感謝の言葉 「いただきます」から

「いただく」は「戴く」「頂く」とも書き、大切なものを受け取る時に、感謝の気持ちを込めて頭の上に揚げる仕草のことを表しました。動物の命を頂くことへの感謝の気持ちも表します。



食べる人を思ってつくられた 料理を、好き嫌いせず、よく味わっておいしくいただくことも、食 べ物や作った人への感謝の気持 ちを伝える方法です。食事のマナ ーを守り、みんなが楽しく食べら れるように心がけましょう。



11月24日は「和食の日」

「和食」をはじめとする 日本の食文化を大切にして、 日々の生活に活かしましょう!!

- ・和食の形である主食・主菜・副菜を基本とした「一汁三菜」は、多様な食材の組み合わせにより、複数の栄養素をバランスよく摂取することができます。
- 和食の基本の「だし」のうま味」を活用 することで、動物性脂肪の少ない食事を 実現できます。
- また「だし」のうま味は他の味を引き立てるので減塩にもつながります。







★11月の努力目標★
感謝して
たべましょう

「ごちそうさま」は ねぎらいの気持ちを

「ごちそうさま」は「御馳走様」 と書き、食事を作るために色々な 材料を集めてくれた人へ、ねぎら の気持ちを表す言葉でした。食事 作りに関わる人への思いや苦労、 そして努力に感謝する気持ちも 表します。



思いやりの気持ちで後片付け

食器の扱い、配膳、はしの使い 方、そして後片付け、そのすべて が、作った人への敬意や感謝の気 持ちを表すものとなります。



