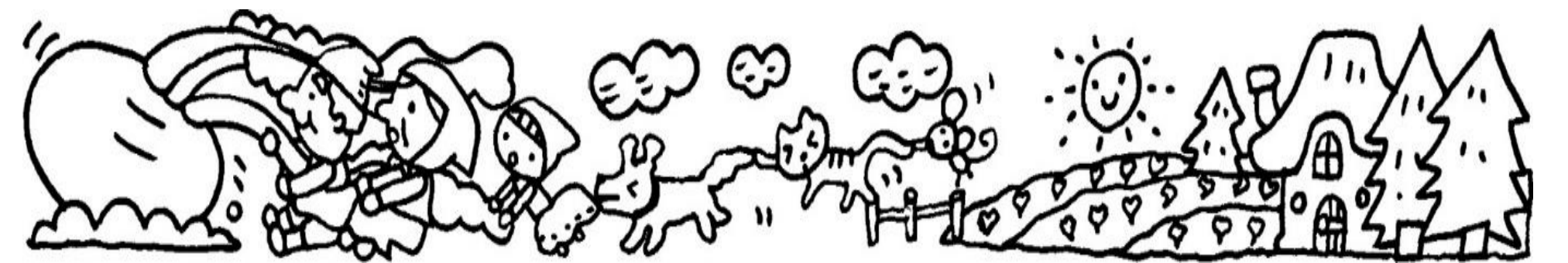


11月のこんだて



日	曜	3歳未満児のみ		昼食	飲み物	PMおやつ	栄養価	エネルギー	蛋白質	脂質
		AMおやつ						(kcal)	(g)	(g)
①	火	プチダノン		おにぎり(わかめ) ハンバーグ おかか和え かぶのスープ バナナ	牛乳	メロンパン 麦茶	未満児 427	15.2	11.4	
							以上児 484	17.2	12.9	
2	水	ウエハース 麦茶		ごはん さけの塩焼き ひじきの五目煮 粕汁	〃	お菓子 スポロン	未満児 494	16.5	11.0	
							以上児 531	21.7	11.3	
3	木			～ 文化の日 ～			未満児			
							以上児			
4	金	せんべい 麦茶		ごはん 青椒肉絲 餃子ロール 中華風コンスープ	〃	ドーナツ 麦茶	未満児 586	15.8	25.5	
							以上児 612	17.4	27.5	
7	月	源氏パイ 麦茶		カレーライス コールスローサラダ フルーツポンチ	〃	甘納豆蒸しパン 麦茶	未満児 542	24.8	14.6	
							以上児 617	29.5	13.6	
⑧	火	豆乳ラスク 麦茶		麦入りごはん いわしの生姜煮 磯和え 豆腐のみそ汁 セノビーゼリー	〃	フルーチェ	未満児 453	16.0	10.9	
							以上児 536	20.8	13.5	
9	水	せんべい 麦茶		ごはん 鶏肉のからあげレモンソース 春雨サラダ さつま汁	〃	たこやき 麦茶	未満児 483	16.1	12.6	
							以上児 590	23.3	14.7	
10	木	こめ棒くん 麦茶		ごはん すき焼き風煮 たまご焼き もずくのスープ りんご	〃	アメリカンドック 麦茶	未満児 490	18.0	14.4	
							以上児 546	22.1	16.6	
11	金	かぼちゃボーロ 麦茶		食パン・ジャム(以)/ジャムサンド(未) 豆腐ナゲット イタリアンサラダ ミネストローネスープ	〃	昆布佃おにぎり 麦茶	未満児 462	14.0	12.3	
							以上児 614	19.0	17.8	
14	月	かりんとう 麦茶		ごはん 擬製豆腐 もやしのナムル わかめスープ	〃	ソーフルクッキー 麦茶	未満児 579	17.3	24.3	
							以上児 642	20.2	26.1	
⑮	火	ぶどう ジュース		赤飯 チーズささみフライ ファルファールサラダ はんぺんのすまし汁 洋梨コンポート	〃	ミニ肉まん 麦茶	未満児 544	17.7	14.3	
							以上児 600	22.9	16.4	
16	水	ビスコ 麦茶		ごはん さわらのもみじ焼き 切昆布の炒め煮 かきたま汁	〃	フルーツ ヨーグルト	未満児 495	17.4	17.5	
							以上児 564	23.1	19.3	
17	木	せんべい 麦茶		煮込みカレーうどん チキンナゲット みかん	〃	ナイスティック♪ 麦茶	未満児 490	15.4	18.2	
							以上児 522	19.1	19.8	
18	金	豆乳ラスク 麦茶		☆ 家庭弁当の日 ☆	〃	お菓子 こども麦茶	未満児 147	4.9	6.8	
							以上児 119	3.8	6.4	
21	月	かぼちゃボーロ 麦茶		ごはん もろの竜田揚げ 錦糸和え のっぺい汁	〃	麩のラスク 麦茶	未満児 453	14.0	14.5	
							以上児 518	18.9	17.2	
22	火	せんべい 麦茶		ロールパン 豆腐ハンバーグきのこソース グリーンサラダ クリームシチュー 白桃コンポート	〃	お菓子 麦茶	未満児 515	15.5	24.6	
							以上児 654	20.8	32.8	
23	水			～ 勤労感謝の日 ～			未満児			
							以上児			
⑳	木	りんご ジュース		ガーリックライス えびフライ(ブロッコリー) ジュリエンヌスープ 豆乳パンナコッタ	〃	くまさんケーキ 麦茶	未満児 553	12.5	19.1	
							以上児 550	13.2	20.5	
25	金	源氏パイ 麦茶		麻婆豆腐丼 塩昆布和え かんぴょうボール入りスープ	〃	ピザトースト 麦茶	未満児 507	21.4	18.4	
							以上児 578	26.5	18.7	
28	月	せんべい 麦茶		ごはん ふりかけ 五目厚焼玉子 肉じゃが煮 なめこ汁 ぶどうゼリー	〃	バルギーワッフル 麦茶	未満児 553	15.2	17.9	
							以上児 593	18.1	19.8	
29	火	ビスコ 麦茶		ちゃんぽんめん 米粉入り春巻き ベビーパイン	〃	みそ焼おにぎり 麦茶	未満児 563	16.1	20.7	
							以上児 590	18.0	20.2	
30	水	かりんとう 麦茶		きのこおこわ 鶏肉の照焼き おかかのり和え ゆばのすまし汁	〃	手作りゼリー	未満児 473	16.4	15.7	
							以上児 555	22.7	18.6	

材料の仕入れ状況などにより、献立内容が変更になる場合があります。ご理解、ご協力のほど、よろしくお願いします。

- ☆ 家庭弁当の日 18日(金)
- 行事食等 1日(火) 絵本給食
- 8日(火) いい歯の日『かみかみ給食』
- 15日(火) 七五三お祝い給食
- 24日(木) 誕生日お祝い給食

