

11月予定献立表

発行日:令和2年10月30日

	月		火		水		木		金		土	
午前おやつ	2	牛乳	3		4	飲むヨーグルト	5	牛乳	6	牛乳	7	牛乳
昼食	ご飯 味噌汁 たらの南蛮漬け 小松菜のおかか和え バナナ		文化の日		ご飯 春雨スープ 白身魚のフライ 大根サラダ		ご飯 すまし汁 チキンカツ キャベツのソテー りんご		食パン かぼちゃの豆乳スープ ミートオムレツ ブロッコリーのマヨ和え		【体育参観】 コーンツナピラフ 白菜スープ コールスローサラダ	
午後おやつ	牛乳・バームクーヘン				牛乳・ブルーベリー蒸しパン		牛乳・フライドポテト		お茶・鮭おにぎり		牛乳・ドーナツ	
午前おやつ	9	牛乳	10	牛乳	11	オレンジジュース	12	牛乳	13	牛乳	14	牛乳
昼食	ミートスパゲティ ベーコンと野菜のスープ 胡瓜とコーンのサラダ 柿		ご飯 のっぺい汁 擬製豆腐 春雨サラダ		ご飯 中華風あったかスープ 鮭ときのこのホイル焼き ほうれん草のナムル		【非常食体験】 ゆかりおにぎり 豚汁		【4・5歳遠足】 ご飯 セロリのスープ ポークビーンズ ひじきと人参の和え物		豚肉と玉葱のカレー丼 豆腐としめじのすまし汁 キャベツのごま和え	
午後おやつ	お茶・じゃこ入りご飯のおやき		牛乳・サブレ		牛乳・スイートポテト		牛乳・菓子パン		お茶・フルーチェ		牛乳・パイ菓子	
午前おやつ	16	牛乳	17	牛乳	18	豆乳	19	牛乳	20	牛乳	21	牛乳
昼食	きのこご飯 里芋の味噌汁 鯖の塩焼き 炒り卵のサラダ		ロールパン ミネストローネ 鶏肉のマーマレード焼き 人参と胡瓜のマリネ		ご飯 かぶのすまし汁 茄子と豚肉の炒め物 ひじきとセロリのサラダ		【食育の日 中国地方】 だんごろけご飯 味噌汁 白身魚の照り焼き ポン酢和え キウイ		ご飯 たまごスープ 鶏肉と芋のケチャップ和え 胡瓜の中華風和え物		野菜ラーメン もやしとツナのごま和え バナナ	
午後おやつ	牛乳・ボンデケーキ		牛乳・クッキー		お茶・じゃがいももち		牛乳・もみじ饅頭		牛乳・パンプディング		牛乳・ビスケット	
午前おやつ	23		24	牛乳	25	グレープジュース	26	牛乳	27	牛乳	28	牛乳
昼食	勤労感謝の日		【体育指導】 マーボー丼 中華スープ ほうれん草のごま和え		ご飯 味噌汁 白身魚と野菜の甘酢煮 大豆のころころサラダ		けんちんうどん ピーマンのツナ和え オレンジ		【誕生日会】 ベーコンピラフ かぼちゃのスープ ハンバーグ ゆでブロッコリー		ご飯 なめこの味噌汁 豚肉の生姜焼き 白菜の和え物	
午後おやつ			牛乳・きなこマカロニ		牛乳・さつまいも蒸しパン		お茶・菜飯おにぎり		牛乳・柑橘ケーキ		牛乳・甘辛せんべい	
午前おやつ	30	牛乳										
昼食	ご飯 すまし汁 鶏のから揚げ 小松菜とコーンのサラダ											
午後おやつ	牛乳・卵サンド											

※献立が変更する場合があります。ご了承ください。
※延長おやつは、ビスケット・せんべい・サブレ・パイ・ラムネを提供します。

献立平均給与栄養量 幼児 エネルギー 564kcal たんぱく質 22.3 g 脂質 19.1 g 乳児 エネルギー 468 kcal たんぱく質 18.6 g 脂質 16.3 g