

# 11月の給食



13日 お弁当の日★  
22日 お誕生日会★

くげにし保育園【922-0007】

日	曜	お昼の献立	材料・調味料	3時のおやつ
1	金	カレーライス えのきのごま和え パン缶 人参スープ	米 牛ミンチ 大豆水煮 玉ねぎ じゃが芋 人参 きゅうり キャベツ えのき パン缶 牛乳 さとう しょうゆ ごま カレールウ ケチャップ ソース	ビスケット ラムネ 牛乳
2	土	ツナの炊き込みご飯 ウィナーの炒め物 油揚げの酢の物 野菜のみそ汁	米 玉ねぎ 人参 ツナ缶 きゅうり キャベツ 油揚げ ウィナー 牛乳 さとう しょうゆ す みそ みりん	おせんべい ラムネ 牛乳
4	月	★祝日★	振替休日	
5	火	ごはん じゃがいもとツナの煮物 じゃこの酢の物 野菜のみそ汁	米 ツナ缶 じゃがいも キャベツ きゅうり 玉ねぎ 人参 わかめ じゃこ 豆腐 牛乳 ホットケーキミックス みそ さとう しょうゆ す みりん	★手作りおやつ★ 【豆腐トナツ・牛乳】
6	水	ごはん 肉うどん 切り干し大根の煮物 しめじのごま和え	米 生うどん 牛肉 油揚げ ネギ 卵 切干大根 キャベツ きゅうり 人参 しめじ 牛乳 さとう みりん しょうゆ す	ビスケット ラムネ 牛乳
7	木	ごはん 豆腐ハンバーグ マカロニサラダ わかめスープ	米 豆腐 鶏ミンチ 卵 しいたけ しょうが 玉ねぎ 人参 わかめ マカロニ 牛乳 食パン あおのり さとう しょうゆ す みりん ごま	★手作りおやつ★ 【あおのりトースト・牛乳】
8	金	カレーライス ツナサラダ パン缶 人参スープ	米 牛ミンチ 大豆水煮 玉ねぎ じゃが芋 人参 ツナ缶 きゅうり キャベツ パン缶 牛乳 さとう しょうゆ す カレールウ ケチャップ ソース ごま油	おせんべい ラムネ 牛乳
9	土	★ミニミニフェスタ★	楽しみだね♪	
11	月	ごはん 麻婆豆腐 切干大根の中華風サラダ 春雨スープ	米 豚ミンチ 豆腐 玉ねぎ 人参 生姜 切干大根 ほうれん草 ウィナー 牛乳 蒸しパンの素 しょうゆ さとう ごま みそ	★手作りおやつ★ 【ウィナー蒸しパン・牛乳】
12	火	ごはん ミートパグェッティ かぼちゃサラダ 野菜のみそ汁	米 豚ミンチ 玉ねぎ 人参 かぼちゃ じゃがいも きゅうり わかめ 牛乳 フルーツ さとう しょうゆ マヨネーズ す みそ	★手作りおやつ★ 【フルーツ】
13	水	★お弁当の日★	なにがはいってるかな??	ビスケット ラムネ 牛乳
14	木	ごはん 揚げしゅうまい 春雨サラダ 野菜のみそ汁	米 しゅうまい 玉ねぎ 人参 春雨 きゅうり わかめ 牛乳 パナナ さとう しょうゆ す みそ ごま油	★おやつ★ 【パナナ・牛乳】
15	金	カレーライス えのきのごま和え パン缶 人参スープ	米 牛ミンチ 大豆水煮 玉ねぎ じゃが芋 人参 きゅうり キャベツ えのき パン缶 牛乳 さとう しょうゆ ごま カレールウ ケチャップ ソース	おせんべい ラムネ 牛乳
16	土	ツナの炊き込みご飯 ウィナーの炒め物 油揚げの酢の物 野菜のみそ汁	米 玉ねぎ 人参 ツナ缶 きゅうり キャベツ 油揚げ ウィナー 牛乳 さとう しょうゆ す みそ みりん	ビスケット ラムネ 牛乳
18	月	チャーハン ミートボール コールスローサラダ 野菜のみそ汁	米 ベーコン 卵 ミートボール 玉ねぎ 人参 コーン キャベツ わかめ リンゴジュース 寒天 さとう しょうゆ マヨネーズ す	★手作りおやつ★ 【リンゴゼリー】
19	火	ごはん じゃがいもとツナの煮物 じゃこの酢の物 野菜のみそ汁	米 ツナ缶 じゃがいも キャベツ きゅうり 玉ねぎ 人参 わかめ じゃこ 豆腐 牛乳 ホットケーキミックス みそ さとう しょうゆ す みりん	★手作りおやつ★ 【豆腐トナツ・牛乳】
20	水	ごはん 肉うどん 切り干し大根の煮物 しめじのごま和え	米 生うどん 牛肉 油揚げ ネギ 卵 切干大根 キャベツ きゅうり 人参 しめじ 牛乳 さとう みりん しょうゆ す	おせんべい ラムネ 牛乳
21	木	ごはん 豆腐ハンバーグ マカロニサラダ わかめスープ	米 豆腐 鶏ミンチ 卵 しいたけ しょうが 玉ねぎ 人参 わかめ マカロニ 牛乳 食パン あおのり さとう しょうゆ す みりん ごま	★手作りおやつ★ 【あおのりトースト・牛乳】
22	金	ちらし寿司 ごま和え 豆腐のみそ汁	米 乾燥しいたけ 人参 かんぴょう 卵 豆腐 キャベツ きゅうり 牛乳 蒸しパンの素 コア さとう す しお しょうゆ みそ ごま	★手作りおやつ★ 【パステルケーキ・牛乳】
23	土	★祝日★	勤労感謝の日	
25	月	ごはん 麻婆豆腐 切干大根の中華風サラダ 春雨スープ	米 豚ミンチ 豆腐 玉ねぎ 人参 生姜 切干大根 ほうれん草 ウィナー 牛乳 蒸しパンの素 しょうゆ さとう ごま みそ	★手作りおやつ★ 【ウィナー蒸しパン・牛乳】
26	火	ごはん ミートパグェッティ かぼちゃサラダ 野菜のみそ汁	米 豚ミンチ 玉ねぎ 人参 かぼちゃ じゃがいも きゅうり わかめ 牛乳 フルーツ さとう しょうゆ マヨネーズ す みそ	★手作りおやつ★ 【フルーツ】
27	水	ごはん きつねうどん 小羊の煮物 チーズ わかめの酢の物	米 生うどん 油揚げ ネギ 卵 わかめ きゅうり キャベツ チーズ 牛乳 さとう しょうゆ す みりん	ビスケット ラムネ 牛乳
28	木	ごはん 白身魚のフライ 春雨サラダ 野菜のみそ汁	米 白身魚 玉ねぎ 人参 春雨 きゅうり わかめ 卵 パン粉 牛乳 パナナ さとう しょうゆ す みそ ごま油 ケチャップ ソース	★おやつ★ 【パナナ・牛乳】
29	金	カレーライス えのきのごま和え パン缶 人参スープ	米 牛ミンチ 大豆水煮 玉ねぎ じゃが芋 人参 きゅうり キャベツ えのき パン缶 牛乳 さとう しょうゆ ごま カレールウ ケチャップ ソース	おせんべい ラムネ 牛乳
30	土	★親子教室★	楽しみだね♪	

※10時のおやつはヤクルトです。

※仕入れ等の都合により、献立が多少異なる場合がありますがご了承ください。



今月に入り、寒さが増してきました。空気が乾燥していて風邪をひきやすいので、  
外から帰ったら、手洗いうがいをしっかりとって予防してください。  
今月もしっかり旬のものを食べて、元気な身体を作っていきましょう！！

