

2018年(平成30年度)

11月の給食



14日 お弁当の日★
30日 お誕生日会★

くぜにし保育園【922-0007】

日	曜	お昼の献立	材料・調味料	3時のおやつ
1	木	ごはん さばのみそ煮 ポテサラダ もやしとわかめのスープ	米 さば 生姜 じゃが芋 きゅうり 人参 もやし 玉ねぎ わかめ キャベツ 長芋 豚ミンチ 小麦粉 牛乳 ソース マヨネーズ さとう みりん みそ す	★手作りおやつ★ 【お好み焼き・牛乳】
2	金	カレーライス えのきのごま和え パイン缶 卵汁	米 牛ミンチ 大豆水煮 玉ねぎ じゃが芋 人参 えのき きゅうり キャベツ 卵 パイン缶 牛乳 さとう しょうゆ カレールウ ケチャップ ソース ごま	ビスケット ラムネ 牛乳
3	土	★休日★	★文化の日★	
5	月	そぼろ丼 ハムともやしのごまマヨ和え 豆腐の中華スープ	米 鶏ミンチ 卵 ハム もやし キャベツ きゅうり 豆腐 人参 かまぼこ 生しいたけ 玉ねぎ じゃが芋 白玉粉 片栗粉 牛乳 さとう しょうゆ す みりん マヨネーズ ごま	★手作りおやつ★ 【おやき・牛乳】
6	火	ごはん 酢豚 しめじのごま和え 野菜のみそ汁	米 豚肉 玉ねぎ 人参 ビーマン パイン缶 しめじ きゅうり キャベツ わかめ 卵 牛乳 さとう しょうゆ す ケチャップ	★手作りおやつ★ 【プリン】
7	水	ごはん きつねうどん 小芋煮物 チーズ 大根サラダ	米 生うどん 油揚げ ネギ 卵 チーズ 小芋 大根 人参 きゅうり じゃこ 牛乳 さとう みりん しょうゆ す ごま油	おせんべい ラムネ 牛乳
8	木	ごはん 野菜の天ぷら 卵の酢の物 人参スープ	米 ちくわ さつま芋 ビーマン 玉ねぎ 人参 卵 キャベツ きゅうり 小麦粉 バナナ 牛乳 さとう しょうゆ す しお	★手作りおやつ★ 【バナナ・牛乳】
9	金	カレーライス ツナサラダ パイン缶 コンソメスープ	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 パイン缶 ブロッコリー 牛乳 さとう しょうゆ カレールウ ケチャップ ソース ごま油	ビスケット ラムネ 牛乳
10	土	★ミニミニフェスタ★	★楽しみだね♪	
12	月	ごはん 麻婆豆腐 マカロニサラダ 春雨スープ	米 豆腐 豚ミンチ 人参 玉ねぎ マカロニ キャベツ きゅうり 春雨 わかめ ビーマン コーン缶 ホットケーキの素 牛乳 しょうゆ さとう マヨネーズ しお す みそ	★手作りおやつ★ 【野菜トナツ・牛乳】
13	火	ごはん すき焼き風 じゃこの酢の物 野菜のみそ汁	米 牛肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 糸コン じゃこ きゅうり キャベツ あんこ 寒天 牛乳 さとう しょうゆ す みそ	★手作りおやつ★ 【水ようかん】
14	水	★お弁当の日★	★なにがはいつてるかな??	おせんべい ラムネ 牛乳
15	木	ごはん さばのみそ煮 ポテサラダ もやしとわかめのスープ	米 さば 生姜 じゃが芋 きゅうり 人参 もやし 玉ねぎ わかめ キャベツ 長芋 豚ミンチ 小麦粉 牛乳 ソース マヨネーズ さとう みりん みそ す	★手作りおやつ★ 【お好み焼き・牛乳】
16	金	カレーライス えのきのごま和え パイン缶 卵汁	米 牛ミンチ 大豆水煮 玉ねぎ じゃが芋 人参 えのき きゅうり キャベツ 卵 パイン缶 牛乳 さとう しょうゆ カレールウ ケチャップ ソース ごま	ビスケット ラムネ 牛乳
17	土	ごはん 肉じゃが 野菜の酢の物 野菜のみそ汁	米 牛肉 玉ねぎ じゃが芋 人参 きゅうり キャベツ わかめ 牛乳 さとう しょうゆ みりん みそ す	おせんべい ラムネ 牛乳
19	月	そぼろ丼 ハムともやしのごまマヨ和え 豆腐の中華スープ	米 鶏ミンチ 卵 ハム もやし キャベツ きゅうり 豆腐 人参 かまぼこ 生しいたけ 玉ねぎ じゃが芋 白玉粉 片栗粉 牛乳 さとう しょうゆ す みりん マヨネーズ ごま	★手作りおやつ★ 【おやき・牛乳】
20	火	ごはん 酢豚 しめじのごま和え 野菜のみそ汁	米 豚肉 玉ねぎ 人参 ビーマン パイン缶 しめじ きゅうり キャベツ わかめ 卵 牛乳 さとう しょうゆ す ケチャップ	★手作りおやつ★ 【プリン】
21	水	ごはん きつねうどん 小芋煮物 チーズ 大根サラダ	米 生うどん 油揚げ ネギ 卵 チーズ 小芋 大根 人参 きゅうり じゃこ 牛乳 さとう みりん しょうゆ す ごま油	ビスケット ラムネ 牛乳
22	木	ごはん 野菜の天ぷら 卵の酢の物 人参スープ	米 ちくわ さつま芋 ビーマン 玉ねぎ 人参 卵 キャベツ きゅうり 小麦粉 バナナ 牛乳 さとう しょうゆ す しお	★手作りおやつ★ 【バナナ・牛乳】
23	金	★祝日★	★勤労感謝の日★	
24	土	★休日★	★運動会代休★	
26	月	ごはん 麻婆豆腐 マカロニサラダ 春雨スープ	米 豆腐 豚ミンチ 人参 玉ねぎ マカロニ キャベツ きゅうり 春雨 わかめ ビーマン コーン缶 ホットケーキの素 牛乳 しょうゆ さとう マヨネーズ しお す みそ	★手作りおやつ★ 【野菜トナツ・牛乳】
27	火	ごはん すき焼き風 じゃこの酢の物 野菜のみそ汁	米 牛肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 糸コン じゃこ きゅうり キャベツ あんこ 寒天 牛乳 さとう しょうゆ す みそ	★手作りおやつ★ 【水ようかん】
28	水	ごはん 肉うどん ひじきの五目煮 ほうれん草のごま和え	米 生うどん 牛肉 ネギ 卵 ひじき 人参 ほうれん草 牛乳 さとう みりん しょうゆ ごま ごま油	おせんべい ラムネ 牛乳
29	木	ごはん さばのみそ煮 ポテサラダ もやしとわかめのスープ	米 さば 生姜 じゃが芋 きゅうり 人参 もやし 玉ねぎ わかめ キャベツ 長芋 豚ミンチ 小麦粉 牛乳 ソース マヨネーズ さとう みりん みそ す	★手作りおやつ★ 【お好み焼き・牛乳】
30	金	ちらし寿司 えのきのごま和え 豆腐のみそ汁	米 乾燥しいたけ 人参 かんぴょう 卵 豆腐 えのき キャベツ きゅうり ホットケーキ素 牛乳 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】

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して予防してください！

今月は冬の野菜の大根、ほうれん草、ブロッコリーなどが少しずつできてきます。

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！！

