

令和5年度



★15日お弁当の日★

11月の給食

くげにしこども園【922-0007】

日	曜	お昼の献立	材料・調味料	3時のおやつ
1	水	ごはん きつねうどん ツナと野菜のサラダ チーズ	米 うどん 油揚げ 人参 たまご かまぼこ ねぎ ツナ ほうれん草 キャベツ チーズ 砂糖 醤油 みりん 酢 ごま油 牛乳	牛乳 煮干し(幼児のみ) ビスケット
2	木	ごはん チンジャオロース 切干大根の中華風サラダ わかめとふのみそ汁	米 牛肉 人参 ピーマン キャベツ 高野豆腐 切干大根 ほうれん草 わかめ 砂糖 醤油 みりん みそ マヨネーズ 青のり マヨネーズ 食パン 牛乳	★手作りおやつ★ 牛乳 青のりトースト
3	金	★祝日★	★文化の日★	
4	土	炊き込みご飯 鶏肉とかぼちゃの煮物 豆腐とえのきの吸物	米 鶏肉 人参 油揚げ かぼちゃ 豆腐 えのき 砂糖 醤油 みりん 牛乳	牛乳 クラッカー
6	月	チャーハン かぼちゃサラダ 春雨のスープ	米 ベーコン 人参 玉ねぎ かぼちゃ きゅうり 春雨 砂糖 醤油 みりん 酢 塩 マヨネーズ 牛乳 パルメザンチーズ ホットケーキミックス 牛乳	★手作りおやつ★ 牛乳 チーズケーキ
7	火	ごはん すき焼き風煮込み 野菜の納豆和え 小松菜のみそ汁	米 牛肉 玉ねぎ じゃが芋 人参 糸こんにやく キャベツ ほうれん草 小松菜 砂糖 醤油 みりん みそ ごま 塩 マヨネーズ パナナ コーンフレーク ヨーグルト	★手作りおやつ★ ヨーグルト和え
8	水	鮭ごはん 肉うどん 油揚げと野菜の酢の物	米 鮭フレーク 牛肉 うどん たまご ねぎ 油揚げ ほうれん草 人参 キャベツ 砂糖 醤油 みりん 酢 牛乳	牛乳 煮干し(幼児のみ) ビスケット
9	木	ごはん コロッケ ほうれん草とベーコン炒め 豆腐の中華風スープ	米 コロッケ ほうれん草 ベーコン キャベツ 人参 豆腐 かまぼこ 椎茸 玉ねぎ 豚肉 砂糖 醤油 塩 食パン ケチャップ チーズ 牛乳	★手作りおやつ★ 牛乳 ピザトースト
10	金	ポークカレーライス ツナと野菜のサラダ もやしとわかめのスープ バイン缶	米 豚挽き肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 大豆水煮 ツナ キャベツ ほうれん草 もやし わかめ バイン缶 砂糖 醤油 酢 ごま油 カレールー ケチャップ 牛乳	牛乳 煮干し(幼児のみ) おせんべい
11	土	ごはん 肉じゃが 野菜の酢の物 豆腐としめじの吸物	米 牛肉 じゃが芋 キャベツ 人参 豆腐 しめじ 砂糖 醤油 みりん 酢 牛乳	牛乳 クラッカー
13	月	ごはん イタリアンスパゲッティ 油揚げとほうれん草のごま和え 八宝汁	米 スパゲッティ 豚肉 玉ねぎ 人参 ピーマン 油揚げ キャベツ ほうれん草 白菜 椎茸 えのき かまぼこ 砂糖 醤油 みりん ケチャップ ビーフン	★手作りおやつ★ お茶 焼きビーフン
14	火	ごはん 赤魚の煮物 ひじきの五目煮 豚汁	米 赤魚 豚肉 白菜 玉ねぎ 人参 さつまい芋 豆腐 ひじき 五目豆 生姜 砂糖 醤油 みりん みそ きなこ ホットケーキミックス 牛乳	★手作りおやつ★ 牛乳 きなこドーナツ
15	水	★お弁当の日★	なにが入っているかな？楽しみだね♪♪	牛乳 煮干し(幼児のみ) ビスケット
16	木	ごはん 豆腐ハンバーグ 切干大根の中華風サラダ 人参スープ	米 合い挽き肉 豆腐 玉ねぎ 人参 しいたけ パン粉 たまご 切干大根 ほうれん草 砂糖 醤油塩 酢 ごま油 ソース ケチャップ フルーチェ 牛乳	★手作りおやつ★ フルーチェ
17	金	ハヤシライス ハムともやしのごまマヨ和え 豆腐とわかめのスープ バイン缶	米 豚挽き肉 玉ねぎ 人参 大豆水煮 ロースハム キャベツ ほうれん草 もやし 豆腐 わかめ パインナップル 砂糖 醤油 酢 塩 マヨネーズ ごま ハヤシルー ソース ケチャップ 牛乳	牛乳 煮干し(幼児のみ) おせんべい
18	土	炊き込みご飯 鶏肉とかぼちゃの煮物 豆腐とえのきの吸物	米 鶏肉 人参 油揚げ かぼちゃ 豆腐 えのき 砂糖 醤油 みりん 牛乳	牛乳 クラッカー
20	月	そぼろ丼 油揚げと野菜の酢の物 さつま揚げのみそ汁	米 鶏挽き肉 たまご 油揚げ キャベツ 人参 ほうれん草 玉ねぎ 大根 さつま揚げ 砂糖 醤油 みりん みそ 酢 パルメザンチーズ ホットケーキミックス 牛乳	★手作りおやつ★ 牛乳 チーズケーキ
21	火	ごはん 豚肉のしょうが焼き かぼちゃサラダ 小松菜のみそ汁	米 豚肉 玉ねぎ 人参 キャベツ 生姜 かぼちゃ きゅうり 小松菜 砂糖 醤油 みりん みそ 塩 マヨネーズ パナナ コーンフレーク ヨーグルト	★手作りおやつ★ ヨーグルト和え
22	水	ごはん 彩りうどん ツナと野菜のサラダ チーズ	米 うどん 人参 たまご かまぼこ ねぎ ツナ ほうれん草 キャベツ チーズ 砂糖 醤油 みりん 酢 ごま油 牛乳	牛乳 煮干し(幼児のみ) ビスケット
23	木	★祝日★	★勤労感謝の日★	
24	金	ちらし寿司 えのきと野菜のごま和え 豆腐のみそ汁	米 干し椎茸 かんぴょう 人参 えのき きゅうり キャベツ 豆腐 砂糖 醤油 みりん 塩 みそ ごま ココア ホットケーキミックス 牛乳	★手作りおやつ★ 牛乳 パースデーケーキ
25	土	★ミニミニフェスタ★	♪楽しみだね♪	
27	月	チキンライス ミートボール 野菜の納豆和え 人参スープ みかん缶	米 鶏挽き肉 玉ねぎ 人参 ミートボール 納豆 ほうれん草 キャベツ 豚肉 えのき ピーマン みかん缶 レーズン 砂糖 醤油 ごま ケチャップ ビーフン	★手作りおやつ★ お茶 焼きビーフン
28	火	ごはん 赤魚の煮物 ひじきの五目煮 豚汁	米 赤魚 豚肉 白菜 玉ねぎ 人参 さつまい芋 豆腐 ひじき 五目豆 生姜 砂糖 醤油 みりん みそ きなこ ホットケーキミックス 牛乳	★手作りおやつ★ 牛乳 きなこドーナツ
29	水	鮭ごはん 肉うどん 油揚げと野菜の酢の物	米 鮭フレーク 牛肉 うどん たまご ねぎ 油揚げ ほうれん草 人参 キャベツ 砂糖 醤油 みりん 酢 牛乳	牛乳 煮干し(幼児のみ) ビスケット
30	木	ごはん コロッケ ほうれん草とベーコン炒め 豆腐の中華風スープ	米 コロッケ ほうれん草 ベーコン キャベツ 人参 豆腐 かまぼこ 椎茸 玉ねぎ 豚肉 砂糖 醤油 塩 食パン マヨネーズ 青のり 牛乳	★手作りおやつ★ 牛乳 青のりトースト

※10時のおやつはヤルトです。

※仕入れ等の都合により献立が多少異なる場合がございますがご了承ください。

※食物アレルギー児には、除去食・代替食を出しています。

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。
昼夜の寒暖差も大きく、季節の変わり目は体調を崩しやすいので、寒さに負けないよう
旬の食材を織り交ぜながらしっかりと食事を取り、元気いっぱい秋を満喫しましょう！

