

令和3年度



11月の給食



★ 17日 お弁当の日 ★

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	月	チャーハン ウインナー さつま芋サラダ 野菜とふのみそ汁	米 ベーコン 玉ねぎ 人参 さつま芋 きゅうり キャベツ ウインナー たまご ふ 砂糖 しょう油 塩 酢 みそ 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
2	火	ごはん おからハンバーグ しめじのごま和え わかめの吸物	米 合い挽き肉 玉ねぎ 人参 おから たまご しめじ キャベツほうれん草 わかめ 砂糖 しょう油 塩 ごま ホットケーキミックス ココア 牛乳	★手作りおやつ★ 牛乳 ココアホットケーキ
3	水	★祝日★	★文化の日★	
4	木	ごはん 鱈フライ 春雨のサラダ 豆腐の中華風スープ	米 鱈 豆腐 かまぼこ しいたけ 玉ねぎ ビーマン 人参 春雨 たまご きゅうり キャベツ パン粉 小麦粉 砂糖 しょう油 ごま油 塩 ケチャップ ソース ビーフン 豚ミンチ 牛乳	★手作りおやつ★ 牛乳 ビーフン
5	金	カレーライス マカロニサラダ 人参スープ パイン缶	米 牛肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 大豆水煮 マカロニ きゅうり キャベツ パイン缶 カレールー ケチャップ 砂糖 しょう油 マヨネーズ 酢 塩 牛乳	牛乳 煮干し(幼児のみ) おせんべい
6	土	おにぎり たまご焼き 野菜炒め 豆腐のみそ汁	米 キャベツ 玉ねぎ 人参 たまご 海苔 豆腐 砂糖 しょう油 塩 みそ 牛乳	牛乳 クラッカー
8	月	ごはん 麻婆豆腐 油揚げの酢の物 野菜のみそ汁	米 豚ミンチ 豆腐 玉ねぎ 人参 キャベツ ほうれん草 油揚げ 砂糖 しょう油 みそ しょうが 塩 酢 じゃがいも 牛乳	★手作りおやつ★ 牛乳 フライドポテト
9	火	親子丼 切干大根の中華風サラダ もやしとわかめのスープ	米 鶏肉 玉ねぎ 人参 もやし わかめ たまご 切干大根 ほうれん草 砂糖 しょう油 みりん 塩 酢 ごま油 ホットケーキミックス 牛乳	★手作りおやつ★ 牛乳 人参ケーキ
10	水	ごはん 肉うどん 切り干し大根の煮物 えのきのごま和え	米 うどん 牛肉 たまご ねぎ キャベツ ほうれん草 人参 えのき 切干大根 油揚げ 砂糖 しょう油 ごま 牛乳	牛乳 煮干し(幼児のみ) ビスケット
11	木	ごはん コロッケ マカロニのカレー炒め 小松菜のみそ汁 チーズ	米 牛肉 じゃがいも 玉ねぎ ベーコン マカロニ 人参 キャベツ ほうれん草 小松菜 チーズ 砂糖 しょう油 カレー粉 みそ さつま芋 牛乳	牛乳 蒸し芋
12	金	ハヤシライス もやしとハムのごま和え 人参入りたまごスープ パイン缶	米 牛肉 玉ねぎ 人参 たまご ロースハム もやし ほうれん草 大豆水煮 パイン缶 ハヤシルー 砂糖 しょう油 ケチャップ ソース マヨネーズ 塩 塩 酢 牛乳	牛乳 煮干し(幼児のみ) おせんべい
13	土	ツナの炊き込みご飯 野菜の酢の物 豆腐とえのきの吸物	米 ツナ 人参 豆腐 キャベツ えのき 砂糖 しょう油 塩 酢 牛乳	牛乳 クラッカー
15	月	チャーハン ウインナー さつま芋サラダ 野菜とふのみそ汁	米 ベーコン 玉ねぎ 人参 さつま芋 きゅうり キャベツ ウインナー たまご ふ 砂糖 しょう油 塩 酢 みそ 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
16	火	ごはん おからハンバーグ しめじのごま和え わかめの吸物	米 合い挽き肉 玉ねぎ 人参 おから たまご しめじ キャベツほうれん草 わかめ 砂糖 しょう油 塩 ごま ホットケーキミックス ココア 牛乳	★手作りおやつ★ 牛乳 ココアホットケーキ
17	水	★お弁当の日★	何が入ってるかな? 	牛乳 煮干し(幼児のみ) ビスケット
18	木	ごはん 鱈フライ 春雨のサラダ 豆腐の中華風スープ	米 鱈 豆腐 かまぼこ しいたけ 玉ねぎ ビーマン 人参 春雨 たまご きゅうり キャベツ パン粉 小麦粉 砂糖 しょう油 ごま油 塩 ケチャップ ソース ビーフン 豚ミンチ 牛乳	★手作りおやつ★ 牛乳 ビーフン
19	金	カレーライス マカロニサラダ 人参スープ パイン缶	米 牛肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 大豆水煮 マカロニ きゅうり キャベツ パイン缶 カレールー ケチャップ 砂糖 しょう油 マヨネーズ 酢 塩 牛乳	牛乳 煮干し(幼児のみ) おせんべい
20	土	おにぎり たまご焼き 野菜炒め 豆腐のみそ汁	米 キャベツ 玉ねぎ 人参 たまご 海苔 豆腐 砂糖 しょう油 塩 みそ 牛乳	牛乳 クラッカー
22	月	ごはん 麻婆豆腐 油揚げの酢の物 野菜のみそ汁	米 豚ミンチ 豆腐 玉ねぎ 人参 キャベツ ほうれん草 油揚げ 砂糖 しょう油 みそ しょうが 塩 酢 じゃがいも 牛乳	★手作りおやつ★ 牛乳 フライドポテト
23	火	★祝日★	★勤労感謝の日★	
24	水	ごはん 肉うどん 切り干し大根の煮物 えのきのごま和え	米 うどん 牛肉 たまご ねぎ キャベツ ほうれん草 人参 えのき 切干大根 油揚げ 砂糖 しょう油 ごま 牛乳	牛乳 煮干し(幼児のみ) ビスケット
25	木	ごはん コロッケ マカロニのカレー炒め 小松菜のみそ汁 チーズ	米 牛肉 じゃがいも 玉ねぎ ベーコン マカロニ 人参 キャベツ ほうれん草 小松菜 チーズ 砂糖 しょう油 カレー粉 みそ さつま芋 牛乳	牛乳 蒸し芋
26	金	ちらし寿司 野菜のごま和え 豆腐のみそ汁	米 かんぴょう 干し椎茸 人参 たまご キャベツ ほうれん草 豆腐 砂糖 しょう油 みそ 酢 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
27	土	ツナの炊き込みご飯 野菜の酢の物 豆腐とえのきの吸物	米 ツナ 人参 豆腐 キャベツ えのき 砂糖 しょう油 塩 酢 牛乳	牛乳 クラッカー
29	月	チャーハン ウインナー さつま芋サラダ 野菜とふのみそ汁	米 ベーコン 玉ねぎ 人参 さつま芋 きゅうり キャベツ ウインナー たまご ふ 砂糖 しょう油 塩 酢 みそ 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
30	火	ごはん おからハンバーグ しめじのごま和え わかめの吸物	米 合い挽き肉 玉ねぎ 人参 おから たまご しめじ キャベツほうれん草 わかめ 砂糖 しょう油 塩 ごま ホットケーキミックス ココア 牛乳	★手作りおやつ★ 牛乳 ココアホットケーキ

※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ござい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！！

