

# きゅうしよくだより

11月

令和4年11月1日

★予定献立表★ (材料の都合上献立を変更することがあります。)

曜日	月	火	水	木	金
日付		1	2	3	4
副食		さけのむにえる ほうれんそうとはくさいの いそべあえ みそしる	あげだし豆腐 まかにさらだ みそしる	<b>ぶんかのひ</b> 	あんかけやきそば ちゅうかすーぷ ふるいちえ
主食		ごはん	わかめごはん		ちゅうかめん
10時のおやつ(未満児)		牛乳・うえはーす	牛乳・せんべい		牛乳・くつきー
3時のおやつ		ばななけーき・牛乳	くつきー・牛乳		せんべい・じゅーす
主な使用食品 (調味料等除く)		鮭、枝豆、ほうれん草、白菜、焼きのり 油揚げ、玉ねぎ、人参、長ネギ バナナ、卵	絹厚揚げ、大根、小ネギ、マカロニ、人参 魚肉ソーセージ、きゅうり、卵、すり身 玉ねぎ、長ネギ		豚肉、白菜、人参、玉ねぎ、しいたけ ピーマン、小松菜、あさり、卵、わかめ いりごま、長ネギ
行事					
日付	7	8	9	10	11
副食	しおまーぼー もやしときゅうりの ちゅうかあえ すいぎょうざのすーぷ	さわらのてりやき いもきんぴら みそしる	ささみのぴかた きゃべつとつなのさらだ こんそめすーぷ	しょうゆらーめん くだもの	<b>おべんとうのひ</b> 
主食	ごはん	ごはん	ごはん	らーめん	
10時のおやつ(未満児)	牛乳・くつきー	牛乳・うえはーす	牛乳・せんべい	牛乳・くらっかー	牛乳・くつきー
3時のおやつ	おかし・牛乳	ましゅまるおこし・牛乳	くつきー・牛乳	にくまん・おちゃ	せんべい・牛乳
主な使用食品 (調味料等除く)	木綿豆腐、豚ひき肉、長ネギ、もやし きゅうり、人参、ロースハム、いりごま 水餃子、しめじ、チンゲン菜、長ネギ	さわら、フロccoli、芋、ピーマン 大根、油揚げ、長ネギ マッシュマロ、コーンフレーク	鶏ささみ肉、卵、枝豆、キャベツ、コーン シーチキン、チンゲン菜、玉ねぎ、人参 ベーコン、長ネギ	もやし、人参、玉ねぎ、しいたけ、焼き豚 卵、ナルト、長ネギ、メンマ、果物	
行事					
日付	14	15	16	17	18
副食	ころっけ なっとうさらだ みそしる	たらのみそまよやき にんじんしりしり すましじる	どらいかれー だいこんときゅうりの すのもの ぎゅうにゅう	おやこに さつまいものてんぷら みそしる	なぼりたん はくさいときさみのすーぷ けーき
主食	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	すばげてい
10時のおやつ(未満児)	牛乳・くつきー	牛乳・うえはーす	乳酸菌飲料・くらっかー	牛乳・くつきー	牛乳・うえはーす
3時のおやつ	いまがわやき・牛乳	よーぐるとあえ	せんべい・じゅーす	あげぱんふう・牛乳	せんべい・牛乳
主な使用食品 (調味料等除く)	コロッケ、キャベツ、ほうれん草、人参 もやし、きゅうり、ロースハム、いりごま ひきわり納豆、にら、卵、長ネギ、今川焼	たら、玉ねぎ、枝豆、人参、木綿豆腐、卵 いりごま、はんぺん、水菜、えのき、長ネギ ヨーグルト、黄桃缶、白桃缶	鶏ひき肉、大豆、金時、黒豆、トマトピューレ 人参、玉ねぎ、コーン、福神漬、大根 海藻サラダ、きゅうり、みかん	鶏肉、卵、ほうれん草、人参、玉ねぎ 干しいたけ、ナルト、高野豆腐、さつまいも わかめ、焼くわ、人参、長ネギ 食パン、きな粉	人参、玉ねぎ、ピーマン、ウインナー トマトピューレ、白菜、長ネギ、鶏ささみ肉 ケーキ
行事					
日付	21	22	23	24	25
副食	わふうはんぱーぐ はむとわかめの はるさめさらだ みそしる	さかなのふらい ふきのにつけ みそしる	<b>きんろうかんしゃのひ</b> 	もやしとわかめの ぼんずさらだ かぼちゃすいとんじる	ちゃんぽんうどん くだもの
主食	ごはん	ごはん		かわりどん	うどん
10時のおやつ(未満児)	牛乳・くつきー	牛乳・うえはーす		牛乳・くらっかー	牛乳・くつきー
3時のおやつ	おまんじゅう・おちゃ	ぱんせんべい・牛乳		おかし・牛乳	せんべい・かつげん
主な使用食品 (調味料等除く)	炒り豆腐ハンバーグ、フロccoli、春雨 ロースハム、海藻サラダ、きゅうり、なめこ 油揚げ、白菜、人参、長ネギ、おまんじゅう	白身魚のフライ、卵、玉ねぎ、パセリ粉 キャベツ、フキ水煮、白滝、生粋 干しいたけ、南瓜、わかめ、長ネギ 食パン、粉チーズ		鶏ひき肉、卵、グリーンピース、刻みのり もやし、海藻サラダ、焼くわ、南瓜、大根 人参、玉ねぎ、白菜、まいたけ、油揚げ 長ネギ	豚肉、にら、たけのこ、キャベツ、人参 もやし、板かまぼこ、長ネギ、果物
行事					
日付	28	29	30	<p><b>あずき組さんの様子</b> みんな大好きフルーツサラダ！ 「果物だから最後に食べるの？」と おかしがデザートか… よく迷っています。</p> <p><b>お答えします！！</b> フルーツサラダは マヨネーズで和えているので 「サラダ」と考えています。</p> <p>～給食室から～ 段々寒い日が増えてきましたね。 体を内側から温める食事は 風邪予防につながります。 朝にホットミルクやホットココアは おすすめです♪</p>	
副食	めんちかつ だいこんときゅうりの ごまずあえ みそしる	けちやつぶいため たまごのさんしよくさらだ はくさいのしちゅー	とりのまつかぜやき こーるすろーさらだ すましじる		
主食	ごはん	ぱん	ごはん		
10時のおやつ(未満児)	牛乳・くつきー	牛乳・うえはーす	牛乳・せんべい		
3時のおやつ	ろーるけーき・牛乳	おにぎり・おちゃ	くつきー・牛乳		
主な使用食品 (調味料等除く)	メンチカツ、キャベツ、大根、きゅうり カニカマ、白すりごま、小松菜、人参 油揚げ、長ネギ、ロールケーキ	マカロニ、玉ねぎ、ピーマン、ウインナー トマトピューレ、卵、人参、きゅうり、レタス 白菜、ベーコン	鶏ひき肉、長ネギ、人参、卵、いりごま フロccoli、キャベツ、コーン、すり身 水菜、しめじ		
行事					

★特定の食品に対してアレルギーをもつ子には、ある程度の除去食もしくは代替食を提供しています。

★年齢により、献立が変更になることがあります。

★土曜保育を希望する子には、牛乳・パン・おやつを提供しています。

★コロナウイルスの影響により、入荷困難の食材もあるためメニューが変更になることがあります。