



予定献立表

今月の平均カロリー-367 kcal
たんぱく質16g 脂質16.5g 食塩相当量1.5g
(パン、ごはんなどの主食カロリーはふくまれておりません。)

令和5年度
11月号
すぎのこ保育園

★新メニュー

	献立名	未満児主食	離乳食	おやつ	備考
1 水	ホロネースパゲッティ コーンサラダ ポトフ 柿	食パン	くたくたパスタ 洋風肉じゃが	前牛乳 後牛乳 ココアバナナホットケーキ	
2 木	はんぺんフライ ひじきの炒め物 キャベツの味噌汁 りんご	ごはん	はんぺんの煮物 キャベツの甘煮	前牛乳 後フルーツプリン	
3 金	文化の日				
4 土	野菜コロッケ ほうれん草の磯辺和え カレーうどん バナナ	ゆかりおにぎり	くたくたうどん 刻みほうれん草	前牛乳 後チーズ おかし	
6 月	麻婆豆腐 春雨サラダ ワカメ玉子スープ オレンジ	ごはん	豆腐だし煮 とろとろ玉ねぎ	前牛乳 後牛乳 ウィンナーロール	
7 火	さばしょうゆ焼き ちくわとキャベツの炒め物 鶏汁 柿	ごはん	鶏のやわらか煮 キャベツのうま煮	前牛乳 後牛乳 豆腐ドーナツ	
8 水	ポークチャップ ポテトサラダ 野菜スープ キウイフルーツ	黒糖ロール	マッシュポテト 豚のやわらか煮	前牛乳 後いちごムース	
9 木	あじフライ 小松菜の煮浸し ふのりの味噌汁 りんご	ごはん	豆腐だし煮 刻み小松菜	前牛乳 後牛乳 あんクリームパン	
10 金	ビーフカレー 福神漬 れんこんサラダ 大根スープ バナナ	カレーライス	肉じゃが風煮 根菜の煮物	前ヤクルト 後牛乳 ミニピザ	
11 土	お弁当交流デー	ごまおにぎり	さつま芋マッシュ 鶏肉のスープ煮	前牛乳 後チーズ おかし	お弁当交流デー
13 月	焼き肉(牛) チョレギサラダ 中華スープ パイナップル	ごはん	豆腐中華煮 トロトロ玉ねぎと人参	前牛乳 後牛乳 チョコバナナ	
14 火	焼き魚(ほっけ) カレー挽肉じゃが もやしの味噌汁 りんご	ごはん	白身魚の煮物 じゃがいも煮	前牛乳 後フルーチェ	
15 水	ナポリタン 野菜サラダ シチュー 柿	コーンパン	くたくたパスタ シチュー	前牛乳 後牛乳 せんべい	七五三
16 木	ホキ南蛮漬け もやしの中華炒め スンドゥブ キウイフルーツ	ごはん	ホキの煮物 豆腐と玉ねぎのうま煮	前牛乳 後幼児りんご 焼き芋	いもやき会
17 金	キーマカレー 三色ビクルス 福神漬 春雨スープ グレープフルーツ	カレーライス	大根和風煮 肉じゃが風煮	前ヤクルト 後牛乳 アメリカンドッグ	
18 土	きつねうどん 小魚のかきあげ きゅうりの酢の物 オレンジ	鮭おにぎり	くたくたうどん 玉ねぎスープ煮	前牛乳 後チーズ おかし	もも参観日
20 月	ハムカツ 大根味噌マヨサラダ 長芋の味噌汁 パイナップル	ごはん	大根の煮物 しらすだし煮	前牛乳 後牛乳 蒸しパン	
21 火	野菜納豆 ミニコロッケ 人参しりしり ほうれん草の味噌汁 バナナ	ごはん	野菜納豆 人参甘煮	前牛乳 後ゼリー	
22 水	★チキンチキンごぼう 白菜のコールスロー ワカメの味噌汁 柿	おにぎり	チキンやわらか煮 白菜スープ煮	前牛乳 後牛乳 ★さつま芋マフィン	おにぎり作り 完全給食
23 木	勤労感謝の日				
24 金	ハヤシライス マカロニサラダ 野菜スープ りんご	ハヤシライス	肉じゃが風煮 野菜スープ煮	前ヤクルト 後牛乳 ★チョコパイ	
25 土	春巻き 野菜のうま煮 エビ塩ラーメン キウイフルーツ	ちりめんごはん	野菜のうま煮 さつま芋マッシュ	前牛乳 後チーズ おかし	
27 月	★厚揚げのみそチーズ焼 もやしのナムル ★ほうとう グレープフルーツ	ごはん	豆腐の煮物 大根煮	前牛乳 後フルーツヨーグルト	
28 火	おろしそハンバーグ 大根サラダ 豚汁 バナナ	ごはん	ハンバーグ 野菜のうま煮	前牛乳 後イチゴミルク クッキー	
29 水	★かぼちゃのカルボナーラ コブサラダ きのこスープ パイナップル	ジャムサンド	くたくたパスタ かぼちゃ甘煮	前牛乳 後牛乳 ★ガーリックトースト	
30 木	スパニッシュオムレツ ★ブロッコリーとエビのアヒージョ ポテト ベーコンスープ オレンジ	★パエリア	ブロッコリーのうま煮 マッシュポテト	前牛乳 後牛乳 ピザまん	誕生会 完全給食

【11月のご当地メニュー】富山県・・・ほうとう 山口県・・・チキンチキンごぼう