

## 11月給食予定献立表

日(曜)	3歳未満児		昼食献立名	午後おやつ
	午前おやつ			
1日(木)	せんべい	牛乳	ごはん 鮭の変わり焼き 刻み昆布の炒め煮 ぶどう 青菜とかまぼこのすまし汁	うどんのかりんとう 牛乳
2日(金)	ヨーグルト		ごはん ブロッコリー入りつくね焼き 根菜煮 みそ汁 オレンジ	リヨネーズポテト 牛乳
5日(月)	ビスケット	牛乳	ごはん 鶏肉のごま味噌焼き 春雨サラダ すまし汁 なし	ヨーグルトケーキ 牛乳
6日(火)	ヨーグルト		おかかごはん さんまのオランダ煮 パイン缶 揚げじゃがのごまがらめ ひじきとれんこんのサラダ	ミネストローネ
7日(水)	せんべい	お茶	ごはん きのことチキンのカレー パリパリサラダ ヨーグルト	レモンラスク 牛乳
8日(木)	ビスケット	牛乳	ごはん 鮭のもみじ焼き さつま芋と豚肉の金平 みそ汁 ぶどう	オレンジと青菜のケーキ 牛乳
9日(金)	ヨーグルト		ごはん かつおの春巻き ちくわとわかめのおかか和え みそ汁 グレープフルーツ	黒糖きなこスコーン 牛乳
10日(土)	かぼちゃポーク お茶		豚肉の甘辛丼 かぼちゃのツナ煮 すまし汁 パナナ	おさつチップ 牛乳
12日(月)	ヨーグルト		ごはん ほきのクラッカー揚げ ごぼうサラダ じゃが芋の豆乳スープ	すりおろしりんごゼリー 牛乳
13日(火)	せんべい	お茶	ごはん 筑前煮 きゅうりの梅和え みそ汁 オレンジ	ツナサンド 牛乳
14日(水)	ヨーグルト		ごはん 揚げ出し豆腐のみぞれあん ブロッコリーサラダ みそ汁 桃缶	ごへいもち お茶
15日(木)	ビスケット	牛乳	ごはん 鶏肉のカレーガーリック焼き ひじきの煮物 みそ汁 なし	チーズスティック 牛乳
16日(金)	ヨーグルト		ごはん 五目揚げ はくさいののり和え みそ汁 グレープフルーツ	さつま芋のもちもちまんじゅう 牛乳
17日(土)	かぼちゃポーク お茶		肉野菜うどん ジャーマンポテト パナナ	ツナとなめたけのごはん お茶
19日(月)	ヨーグルト		ごはん れんこん入りつくね焼き ほうれん草のごま和え すまし汁 かき	やきうどん 牛乳
20日(火)	せんべい	お茶	ごはん きのことチキンのカレー パリパリサラダ ヨーグルト	レモンラスク 牛乳
21日(水)	ビスケット	牛乳	ごはん 大根の棒餃子 ちくわとわかめのおかか和え みそ汁 パイン缶	大学芋 牛乳
22日(木)	ヨーグルト		ごはん さんまのごまみそだれ 切り干し大根の煮物 すまし汁 なし	秋のカップケーキ 牛乳
24日(土)	かぼちゃポーク お茶		豚肉の甘辛丼 かぼちゃのツナ煮 すまし汁 パナナ	ジャムサンドクラッカー牛乳
26日(月)	ヨーグルト		ごはん ほきのクラッカー揚げ ごぼうサラダ じゃが芋の豆乳スープ	オレンジムースゼリー 牛乳
27日(火)	ビスケット	牛乳	ごはん 揚げ出し豆腐のみぞれあん ブロッコリーサラダ みそ汁 桃缶	はらこめし風ごはん 麦茶
28日(水)	ヨーグルト		ごはん 筑前煮 きゅうりの甘酢漬け みそ汁 オレンジ	クリームチーズサンド 牛乳
29日(木)	せんべい	牛乳	ごはん 鶏肉のカレーガーリック焼き ひじきの煮物 みそ汁 りんご	パリッとポテト 牛乳
30日(金)	ヨーグルト		ごはん 五目揚げ はくさいののり和え みそ汁 グレープフルーツ	さつま芋のもちもちまんじゅう 牛乳

献立は都合により変更になるときもあります。  
ご了承ください。



	(3歳以上児摂取量)	(3歳未満児摂取量)
エネルギー	605kcal	523kcal
たんぱく質	21.7g	19.3g
脂質	18.4g	15.8g
食塩相当量	2.1g	1.7g