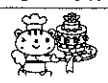
11月給食献立表

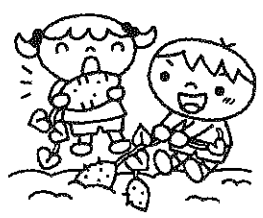
かすが保育園
いちご保育室

平成２９年度

日	曜	９時のおやつ	主食	副食	３時のおやつ	６時おやつ
1	水	チーズ みかん	黒糖ロール	肉団子スープ　タラマカサラダ　バナナ	フルーツソース ヨーグルト	牛乳 クッキー
2	木	牛乳 ビスケット	さつま芋ごはん	鮭の塩焼き　ブロッコリーサラダ　みそ汁	麦茶 煮干し　せんべい	牛乳 メロンパン
4	土	牛乳 かりんとう	ごはん	麻婆豆腐　ナムル　スープ	牛乳 ミニクリームパン	麦茶 おにぎり
6	月	牛乳 ビスコ	煮込みうどん	ウインナーソテー　なめたけ和え	牛乳 クッキー	麦茶 わかめごはん
7	火	カップヨーグルト	カレーライス	コーンサラダ　牛乳　チーズ	麦茶 肉まん	牛乳 鈴カステラ
8	水	牛乳 Ｃａせんべい	わかめごはん	大根と高野豆腐煮　油揚げの中華風　すまし汁	牛乳 スイートポテト	麦茶 エビチップ
9	木	牛乳 クッキー	バターロール	鶏のパン粉焼き　ブロッコリーのミモザサラダ スープ	麦茶 焼きおにぎり	牛乳 ビスケット
10	金	牛乳 エビチップ	ごはん	さんまの塩焼き　もやしのカレーサラダ　豚汁	牛乳 マカロニ黄粉	麦茶 かりんとう
11	土	牛乳 小魚せんべい	ごはん	豚の生姜焼き　ごま和え　けんちん汁	牛乳 ビスケット	麦茶 りんご
13	月	牛乳 クラッカー	ごはん	野菜のそぼろ煮　春雨サラダ　みそ汁	麦茶 煮干し　せんべい	牛乳 ドーナツ
14	火	カップヨーグルト	ごはん	豚肉のりんごソース　小松菜サラダ　すまし汁	牛乳 オレンジデニッシュ	麦茶 みかん
15	水	チーズ バナナ	ごはん	ブリの照焼き　きのことささみのサラダ　みそ汁	麦茶 りんご	牛乳 ミニクリームパン
16	木	牛乳 動物ビスケット	カレーミートソース	ブロッコリーとハムのサラダ　牛乳　チーズ	麦茶 五平餅	牛乳 ビスコ
17	金	牛乳 鈴カステラ	レーズンロール	グラタン　ミニトマト　バナナ　スープ	牛乳 ジャムクラッカー	麦茶 せんべい
18	土	牛乳 アスパラビスケット	肉うどん	人参サラダ　りんご	牛乳 ドーナツ	牛乳 クッキー
20	月	牛乳 せんべい	ごはん	豚肉とキャベツのにんにく味噌炒め　ツナポテト すまし汁	牛乳 りんごマフィン	麦茶 かりんとう
21	火	カップヨーグルト	食パン	はんぺんフライ　ポテトサラダ　スープ	牛乳 チーズ　クラッカー	麦茶 エビチップ
22	水	牛乳 エビチップ	ごはん	野菜の五目煮　納豆和え　ミニトマト　すまし汁	麦茶 煮干し　みかん	牛乳 鈴カステラ
24	金	牛乳 ビスコ	ごはん	鶏の照焼き　大根サラダ　みそ汁		牛乳 メロンパン
25	土	牛乳 かりんとう	カレーライス	ツナサラダ　牛乳　チーズ	麦茶 カステラ	牛乳 ジャムサンド
27	月	牛乳 鈴カステラ	ふりかけごはん	いり鶏　和風サラダ　みそ汁	麦茶 ふかし芋	牛乳 クッキー
28	火	カップヨーグルト	人参ごはん	竹輪の磯辺揚げ　焼豚サラダ　すまし汁	牛乳 ブルーベリーロール	麦茶 ふりかけごはん
29	水	チーズ みかん	きつねうどん	鮭のさされ焼き　チキンサラダ	ビスコ ヨーグルト	牛乳 動物ビスケット
30	木	牛乳 クラッカー	ごはん	鶏肉のねぎ味噌焼き　カリフラワーのカレー炒め みそ汁	牛乳 クッキー	麦茶 バナナ

ごはんで元気！

ごはん（お米）をしっかり食べることが発育にも健康にもつながっていくと感じます。　ごはんはエネルギーになるパワー食品
和・洋・中　どんな料理にも相性よく　おかず・汁物と組み合わせた食事は自然と栄養のバランスがとりやすいお食事のパターンになります。



11／10は芋煮会です
豚汁は園庭で釜焚き　今年はみんなでラップおにぎりも挑戦します。