

# 11月 行事予定&献立表

給食には毎日季節のフルーツが付きます。  
都合により献立を変更する場合があります。

日付	行事	主食	献立名 主菜・副菜・汁ものなど	おやつ	使用食品			ご家庭で補いたい食品
					からだを作る食べ物 太字・アンダーラインは、今月使われる地元食材です【予定】	体の調子を整える食べ物	1杯になる食べ物	
1水			魚の竜田揚げ 焼きビーフン けんちん汁	キャラメル ポップコーン	魚 豚肉 鶏肉 豆腐	玉ねぎ 人参 キャベツ ピーマン 大根 ごぼう	お米 里いも こんにゃく	卵や 緑黄色野菜
2木	かまぼこ工場見学 (ろけっと組)		秋野菜カレー スクランブルエッグ ひじきの煮物	みるくもち	豚肉 卵 水煮大豆	玉ねぎ 人参 しめじ コーン いんげん しいたけ	お米 さつまいも	魚や 緑黄色野菜
3金								
4土			イタリアンスパゲティ おじゃがスープ	ジャムサンド	豚肉	玉ねぎ 人参 ピーマン	スパゲティ じゃが芋	魚や 卵
5日								
6月	乳児作品展 (18日まで)		八宝菜 春雨サラダ わかめと卵の炒め物	ココア蒸しパン	豚肉 いか ハム 卵	玉ねぎ 人参 揚げタマゴ 白菜 きゅうり ピーマン	お米 春雨	魚や 豆類
7火			しょうゆラーメン 小松菜のきのこ和え あらめの煮物	パンフディング	豚肉 厚揚げ	キャベツ 玉ねぎ 人参 小松菜 もやし えのき	中華麺	卵や 緑黄色野菜
8水			魚のマヨ焼き 納豆和え 南瓜の味噌汁	簡単メロンパン	魚 納豆 豆腐	玉ねぎ 人参 しめじ ピーマン ほうれん草 南瓜	お米	肉や 淡色野菜
9木	鬼岩見学 (ろけっと組)		ツナ玉あんかけ こんにゃくの土佐煮 豆腐とわかめの味噌汁	オレンジゼリー	卵 ツナ 豆腐	玉ねぎ 人参 ピーマン 春菊 ねぎ グリーンピース	お米 じゃが芋 こんにゃく	肉や 緑黄色野菜
10金	口座振替日		ポークビーンズ キャベツとベーコンソテー ブロッコリーのツナ和え	サンマご飯	豚肉 水煮大豆 ベーコン ツナ	玉ねぎ 人参 キャベツ ブロッコリー コーン	お米 じゃが芋	卵や 種実類
11土	保護者研修会		豚生姜焼き丼 もやしとわかめのスープ	ボンデケージョ	豚肉	キャベツ 玉ねぎ 人参 ピーマン もやし	お米	魚や 豆類
12日								
13月			肉じゃが レバニラ炒め 大豆サラダ	ハムチーズ マフィン	鶏肉 かまぼこ 鶏肉 しらす 油揚げ	玉ねぎ 人参 ねぎ ほうれん草 もやし	うどん こんにゃく	卵や 豆類
14火	ピュッフェ献立		栗ご飯 ハンバーグきのこソース かき揚げ 小松菜のおかか和え さつまいもご飯 ハンバーグケチャップソース かぼちゃの天ぷら 小松菜のおかか和え	コーントースト	合挽ミンチ ちくわ 卵	栗 玉ねぎ 人参 しめじ しいたけ 南瓜 ピーマン	お米 さつまいも	魚や 豆類
15水			魚の梅焼き 大根のそぼろ煮 小松菜のゴマ和え	スイートポテト	魚 鶏ミンチ	大根 人参 グリーンピース 小松菜 もやし	お米	卵や 緑黄色野菜
16木	炊き出し訓練(幼児) お弁当ごっこ		豆腐団子のケチャップ煮 かぼちゃのいとこ煮 ブロッコリーサラダ	二色蒸しパン	豆腐 鶏ミンチ 鶏ささみ	人参 ピーマン 南瓜 ブロッコリー コーン	お米	魚や 海藻類
17金			すき焼き風卵とじ キャベツの昆布和え じゃが芋の味噌汁	じゃがまるくん	牛肉 卵 豆腐 油揚げ	白菜 大根 ねぎ 人参 キャベツ きゅうり	お米 じゃが芋	種実類 緑黄色野菜
18土			カレーピラフ 和風ポトフ	抹茶豆乳 蒸しパン	鶏肉 豚肉	玉ねぎ 人参 コーン グリーンピース キャベツ 大根	お米 じゃが芋	豆類や 緑黄色野菜
19日	子育てフェスタ							
20月			チーズオムレツ フレンチサラダ クリームシチュー	豆乳 ホットケーキ	ベーコン 卵 鶏肉 えび	玉ねぎ 人参 キャベツ きゅうり コーン 白菜	お米 じゃが芋	豆類や 緑黄色野菜
21火	誕生会		鮭と大根ご飯 鶏手羽のから揚げ さつまいものサラダ 野菜のカレー炒め	フルーツ ヨーグルト	魚 鶏手羽 鶏肉 豚肉	大根 きゅうり 人参 キャベツ 揚げタマゴ ピーマン	お米 さつまいも	卵や 海藻類
22水			魚のミンチボール きんぴらごぼう かき卵汁	ラスク	魚のすり身 豆腐 卵 油揚げ	玉ねぎ 人参 たらこ ごぼう ピーマン えのき	お米 こんにゃく	肉や 種実類
23木								
24金			きつねうどん ほうれん草じゃこ和え 大豆の五目煮	豆腐のドーナツ	豚肉 鶏レバー 水煮大豆 ツナ	玉ねぎ 人参 ねぎ ほうれん草 たらこ ごぼう	うどん こんにゃく	海藻類 乳製品
25土			野菜たっぷりそうめん 炒め煮	スマイル 蒸しパン	鶏肉 牛肉	玉ねぎ 人参 ねぎ いんげん	そうめん	魚や 緑黄色野菜
26日								
27月	幼児組作品展 (12/9まで)		高野豆腐の卵とじ ほうれん草の磯和え さつまいも天ぷら	じゃこおにぎり	鶏肉 高野豆腐 卵	玉ねぎ 人参 ねぎ ほうれん草 もやし	お米 さつまいも	魚や 海藻類
28火			和風スパゲティ 海藻サラダ ふわふわスープ	チェルシー トースト	豚肉 ツナ 卵	玉ねぎ 人参 えのき きゅうり キャベツ	スパゲティ じゃが芋	豆類や 緑黄色野菜
29水			魚の西京焼き 切干大根の煮物 白和え	マカロニきな粉	魚 さつまいも揚げ 豆腐	切干大根 ピーマン 人参 ほうれん草 しめじ	お米	肉や いも類
30木			豆腐ステーキの肉みそかけ 梅ポテト ほうれん草のおかか和え	手作りパン	豆腐 豚ミンチ	人参 ねぎ 玉ねぎ ほうれん草 白菜	お米 じゃが芋	魚や きのこ類

## 12月の予定

- 2日(土) 乳児組参観日
- 4日(月)~8日(金) 個人懇談会(全クラス)
- 11月27日(月)~9日(土) 幼児組作品展
- 28日(木) 保育納め
- 29日(金)、30日(土) 年末希望保育 ※お弁当の日
- 1月4日(木) 保育始め



献立表の        は 『絵本に出てくるメニュー』です

今月の絵本は…

20日: 「いろいろおふろ  
はいり隊」

クリームシチュー

30日: 「からすのパンやさん」  
手作りパン



七五三 おめでとう

## 給食室より

大学芋をスティック状にしたおやつです!  
油で揚げてサクサク食感☆  
甘い蜜をかけてしっとりしておいしいおやつです。



- 『おさつスティック』
- さつまいも・・・200g
  - 揚げ油・・・適量
  - 砂糖・・・大さじ2
  - 水・・・大さじ1・1/2
  - しょうゆ・・・大さじ1/2