

日 付	曜 日	ぎょうじ 行事	こどもだてめい 献立名	おやつ		幼児		乳児	
				乳児10時	乳幼児9時	エネルギー kca	脂質 g	エネルギー kca	脂質 g
						たんぱく質g	塩分 g	たんぱく質g	塩分 g
1	金	秋の遠足	給食はありません。お弁当を持参して下さい。	飲むヨーグルト	牛乳				
2	土		ウインナードック ポトフ ブロッコリー フルーツ 牛乳	お茶 お菓子	お茶 お菓子	497	18.0	442	16.1
4	宵	振替休日							
5	火		食パン 鮭の味噌マヨ焼 焼きピーフン コンソメスープ オレンジ 牛乳	豆乳 クラッカー	お茶 のりまき	538	16.3	559	19.6
6	水		ひじきの湯せごはん 変わり花シューマイ スティック野菜 みそ汁(青菜・鮭) バナナ お茶	お茶 チーズ	牛乳 あべかわマカロニ	621	14.8	542	17.4
7	木		五目ラーメン ぶどう豆 フライドポテト メロン 牛乳	お茶 ヨーグルト	お茶 肉まん	602	20.2	487	17.5
8	金		ごはん さんまの塩焼き 人参そぼろ 昆布和え みそ汁(しめじ・豆腐) りんご お茶	お茶 バナナ	牛乳 ビスケット	551	16.4	483	13.5
9	土	バザー							
11	宵		ごはん 鶏肉のバーベキューソース焼き 釜平ごぼう みそ汁(玉葱・白菜) バナナ お茶	豆乳 せんべい	飲むラクトフェリン お菓子	613	14.8	546	16.1
12	火		ぶどうパン 魚のチーズパン粉焼き マセドアンサラダ 味噌スープ キウイ 牛乳	牛乳 バナナ	お茶 おにぎり	647	22.8	615	22.1
13	水		ごはん 鶏肉のから揚げ ひじきの煮物 みそ汁(豆腐・白菜) メロン お茶	お茶 チーズ	牛乳 ラスク	634	23.1	537	23.1
14	木		スパゲティカレーミートソース きゅうりもみ チーズ りんご 牛乳	お茶 ヨーグルト	お茶 あんまん	663	21.7	547	19.7
15	金	感謝祭クッキング 茶話会	チーズパン 鶏肉の照り焼き ブロッコリーのマヨネーズ焼き 洋風おでん みかん お茶	お茶 ビスケット	牛乳 カステラ	638	26.2	602	25.7
16	土		おにぎり チンゲン菜とツナの和え物 のっぺい汁 フルーツ お茶	お茶 お菓子	お茶 お菓子	368	4.6	314	6.9
18	宵		ごはん 鶏の唐揚げ 笑顔のそぼろ煮 みそ汁(じゃが芋・玉ねぎ) バナナ お茶	豆乳 チーズ	飲むラクトフェリン お菓子	585	12.9	521	17.6
19	火		チーズパン 厚揚げと鶏肉のトマト煮 南瓜グリル キャベツスープ りんご 牛乳	お茶 クラッカー	お茶 焼き芋	619	22.4	553	20.5
20	水		ごはん 海老芋コロッケ スティックきゅうり みそ汁(なす・揚げ) みかん お茶	お茶 バナナ	牛乳 りんごのカップケーキ	693	20.1	550	16.3
21	木		ごはん 鶏肉のから揚げ 人参しりしり ミニトマト みそ汁(大根・わかめ) バイン お茶	お茶 ヨーグルト	お茶 味噌まんじゅう	588	13.8	498	12.7
22	金		けんちんうどん ポイルウインナー ブロッコリーとりんごの胡麻和え メロン 牛乳	お茶 せんべい	お茶 ヨーグルト・あられ	583	21.8	550	20.7
23	土	勤労感謝の日							
25	宵		ごはん 鶏の香味焼き 人参の甘煮 ブロッコリー みそ汁(青菜・鮭) オレンジ お茶	豆乳 クラッカー	飲むラクトフェリン お菓子	518	12.0	472	14.6
26	火		卵サンドパン ツナきゅうり ミニトマト 野菜スープ りんご 牛乳	牛乳 せんべい	お茶 フルーツヨーグルト	436	17.9	464	20.2
27	水		ごはん 鶏肉とさつま芋のごまがらめ ほうれん草のお浸し すまし汁(落布・えのき) バナナ お茶	お茶 チーズ	牛乳 カルシウムラスク	679	20.8	590	22.1
28	木		やしそば れんこんサラダ トマト みかん お茶	お茶 ヨーグルト	お茶 きなこおはぎ	619	16.1	506	14.4
29	金		ごはん 高野豆腐と挽肉の煮物 煎餅漬 みそ汁(玉葱・しめじ) メロン お茶	お茶 バナナ	牛乳 ぼんせんべい	485	11.0	402	9.1
30	土		ナポリタン チーズ レタススープ フルーツ お茶	お茶 お菓子	お茶 お菓子	462	15.1	422	14.4

※仕入等の都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。

11月24日は「和食の日」です

海、山、里と豊かな表情をもつ国土に育まれた日本の食文化は、栄養バランスに優れた伝統的な食事として世界から注目を集めています。

園では、日頃からかつお節や昆布、煮干しなどでだしをとり、だしの「うまみ」を生かして味付けをしています。また、十五夜や節分、ひなまつりなどの季節ごとの伝統的な

行事食も大切にしながら給食を提供をしてきました。今月の給食でも、和食の日に合わせておいしいだしをとり、けんちんうどんやみそ汁を頂きたいと思えます。

ご家庭でも食卓の話題にして頂き、子どもたちに和食の良さ伝えられるといいですね。

