11がつのこんだて

ひにち	ようび	しゅしょく	おかず	ねつや ちからになる	ちやにく になる	ちょうしを ととのえる	10じ おやつ	3じ おやつ
1	火	ごはん	スタミナやきにく　わかめのおかかあえ ちゅうかコーンスープ　オレンジ	こめ あぶら さとう	ぶたにく わかめ たまご	にんじん にら オレンジ	ビスケット	まめせんべい （1才児…やさいせんべい） ぎゅうにゅう
2	水	ごはん	ローストチキン　ポテトサラダ しめじとウインナーのスープ	こめ じゃがいも マヨネーズ	とりにく ハム ウインナー	にんじん きゅうり しめじ	しおせんべい	ビスケット ぎゅうにゅう
4	金	けんちんうどん	あじつきこざかな　バナナ　ぎゅうにゅう	うどん さといも ごま	ぶたにく とうふ ぎゅうにゅう	だいこん はくさい バナナ	えびせんべい	フルーツホットケーキ
5	土	ごはん	にくじゃが　のりナムル みそしる	こめ じゃがいも さとう	ぶたにく のり あぶらあげ	にんじん たまねぎ キャベツ	ウエハース	ポップコーン （1才児…たまごボーロ） ぎゅうにゅう
7	月	カレーピラフ	ウインナーのしょうゆいため　みそドレサラダ オニオンスープ　とうにゅう	こめ あぶら カレールゥ	ぶたにく ウインナー とうにゅう	たまねぎ ほしぶどう キャベツ	しおせんべい （1才児…あまからせんべい）	ミルクプリン
8	火	さつまいもごはん	おろしからあげ　ごもくひじき おすいもの	こめ さとう さつまいも	とりにく ひじき さつまあげ	だいこん にんじん しめじ	パイ	りんご ぎゅうにゅう
9	水	ミルクパン	しろみざかなのピカタ　いんげんのソテー にんじんのグラッセ　ゼリー　ぎゅうにゅう	ミルクパン バター さとう	しろみざかな たまご ぎゅうにゅう	いんげん にんじん パセリ	しおせんべい	ビスケット
10	木	シーフードやきそば	ブロッコリーあえ ミニトマト みかん　ぎゅうにゅう	ちゅうかめん あぶら ごま	ぶたにく えび ぎゅうにゅう	にんじん ブロッコリー みかん	クッキー	おにぎり
11	金	ごはん （やきのり）	ぶりのてりやき　キャベツのあさづけ とんじる	こめ さとう さといも	ぶり ぶたにく とうふ	キャベツ だいこん ごぼう	わかめせんべい	きなこだんご （乳児…ビスケット） ぎゅうにゅう
12	土	なめし	とうふのちゅうかあんかけ　かぼちゃのあまに にらたまスープ	こめ ごまあぶら かたくりこ	とうふ ぶたにく たまご	チンゲンサイ かぼちゃ にら	ゴーフレット	しょうゆせんべい ぎゅうにゅう
14	月	ゆかりごはん	とりにくとかぶのにもの きゅうりのつけもの　いもじる	こめ さとう さといも	とりにく あつあげ あぶらあげ	かぶ きゅうり はくさい	ふがし	えびせんべい ぎゅうにゅう
15	火	バターロール	さけいりクリームシチュー　グリーンサラダ りんご　ぎゅうにゅう	バターロール じゃがいも さとう	さけ とりにく ぎゅうにゅう	にんじん アスパラガス りんご	しおせんべい	いなりずし
16	水	ごはん	いかたまチリソース　きゅうりとちくわのごまずあえ パインのかんづめ	こめ あぶら ごま	いか たまご ちくわ	チンゲンサイ きゅうり パイン	クリームサンドクラッカー	しおせんべい ぎゅうにゅう
17	木	わふうスープ スパゲティ	まめなサラダ　かたぬきチーズ かき　ぎゅうにゅう	スパゲティ ごま さとう	とりにく だいず チーズ	しめじ こまつな かき	きなこせんべい	つぶあんぱん
18	金	ビビンバ	ばんさんすい　おしゃぶりするめ わかめスープ	こめ ごまあぶら はるさめ	ぶたにく たまご わかめ	にんじん ほうれんそう ねぎ	ビスケット	えびせんべい ぎゅうにゅう
19	土	ごはん	イタリアンハンバーグ　カレーふうみのきのこソテー はくさいスープ	こめ パンこ オリーブオイル	ぶたにく たまご ぎゅうにゅう	たまねぎ エリンギ はくさい	ひねりあげ （1才児…やさいせんべい）	クラッカー ぎゅうにゅう
21	月	ごはん	ぶたにくとナスのみそいため　こまつなのゴマあえ だいこんとささみのスープ　バナナ	こめ ごまあぶら ごま	ぶたにく みそ とりにく	なす こまつな だいこん	にしょくせんべい	バームクーヘン ぎゅうにゅう
22	火	ふりかけごはん	さけのごまマヨやき　だいこんサラダ やさいたっぷりみそしる　みかん	こめ ごま マヨネーズ	さけ ハム かつおぶし	たまねぎ だいこん にんじん	ビスケット	コーンフレーク ぎゅうにゅう
24	木	むぎごはん	まーぼーなす　バンバンジー　キウイ	こめ おしむぎ ごまあぶら	ぶたにく とうふ とりにく	なす きゅうり キウイ	クッキー	ふかしいも ぎゅうにゅう
25	金	しょくぱん	コロッケ　ほうれんそうとコーンのソテー ミネストローネ　ぎゅうにゅう	しょくぱん バター あぶら	ぶたにく ベーコン ぎゅうにゅう	ほうれんそう コーン トマト	あまからせんべい	おにぎり
26	土	わかめうどん	ぶたにくのさっぱりに　あおなとしらすのいためもの もものかんづめ	うどん さとう あぶら	ぶたにく しらす わかめ	こまつな ねぎ もも	ビスケット	あまからせんべい ぎゅうにゅう
28	月	きのこごはん	あつやきたまご　ちくぜんに おすいもの	こめ さとう おふ	たまご とりにく さつまあげ	しめじ だいこん みつば	ビスケット	メロンパン ぎゅうにゅう
29	火	バターロール	さわらのバターやき　ひじきのツナマヨサラダ ABCスープ　ぎゅうにゅう	バターロール バター マヨネーズ	さわら ひじき ぎゅうにゅう	にんじん たまねぎ キャベツ	しおせんべい	バナナ
30	水	えびなチャーハン	もやしサラダ　ちゅうかスープ　りんご ジュース	こめ はるさめ ごま	さくらえび たまご ぶたにく	こまつな もやし りんご	ビスケット	しょうゆせんべい

誕生会 30日（水）
おたんじょうび
おめでとう

※材料購入の都合により一部献立を変更する場合があります。
●10時のおやつは、1・2才児のみ提供します。
●水筒を毎日忘れずにご持参下さい。
●延長保育用おやつは別途あります。

ルンビニー保育園