

こんだてひょう

2021年度 11月

ひ に ち	よ う び	しゅしよく	おかず	さんしよくぶんるい			10じおやつ	3じおやつ
				ちやにくになる	ねつやちからになる	ちようしをとのえる		
1	月	ごはん	とりにくのねぎソースがけ だいこんナムル もやしのたまごスープ かき	とりにく ぶたにく たまご	こめ かたくりこ サ ラダあぶら さとう こま ごまあぶら	ながねぎ だいこん ほうれんそう にんに く にんじん もやし	クリームサンドクラッカー ぎゅうにゅう	こめこチーズむしパン ぎゅうにゅう
2	火	バターロール	さわらのバターやき ほうれんそうときのこのサラダ オニオンスープ ぎゅうにゅう	さわら ベーコン ぎゅうにゅう	バターロール こむぎ こ パター サラダあ ぶら さとう	パセリ たまねぎ し めじ えのきたけ ほう れんそう コーン	きなこせんべい ぎゅうにゅう	あおなおにぎり
4	木	カレーライス	チキンとやさいのグリル ぶくじんづけ バナナ ぎゅうにゅう	ぶたにく とりにく ぎゅうにゅう	こめ じゃがいも オ リーブオイル	にんじん たまねぎ かぼちゃ ミントマト バナナ	ビスケット ぎゅうにゅう	バリバリピザ
5	金	とうにゅうスープ スパゲティ	ワインナーのしょうゆいため おしゃぶりすめ グリーンサラダ	ベーコン ウィンナー すめ ハム	スパゲティ サラダあ ぶら とうにゅう さ とう	にんにく にんじん たまねぎ しめじ コーン みずな	えびせん ぎゅうにゅう	りんご ビスケット ぎゅうにゅう
6	土	ごまごはん	さけのしおやき ひじきのにも みそしる バイナップル	さけ あぶらあげ み そ	こめ ごま ごまあぶ ら さとう	にんじん ひじき さ やいばげん なめこ こねぎ	クッキー ぎゅうにゅう	しおせんべい (1才児…ボンせん) ぎゅうにゅう
8	月	しよくパン (ジャム)	ぶたにくのバーベキューソースやき みそドレサラダ ポトフ ぎゅうにゅう	ぶたにく ハム みそ ウィンナー ぎゅう にゅう	しよくパン ジャム サラダあぶら こま さとう ごまあぶら	にんにく しょうが たまねぎ にんじん きゅうり キャベツ	ぶがし ぎゅうにゅう	ツナとこまつなの おにぎり
9	火	カリカリうめごはん	さばのみぞれに こまつなのごまあえ けんちんじる みかん	さば ぶたにく とう ふ	こめ かたくりこ サ ラダあぶら さとう こま さいとち	だいこん しょうが こねぎ にんじん も やし こまつな	のりせんべい ぎゅうにゅう	スイートポテト ぎゅうにゅう
10	水	ちゃめし	おでん あじつきごさかな とうふの Mayo サラダ りんご	ちくわ はんぺん ウ ィンナー とうふ か つおぶし	こめ さとう ごま マヨネーズ	こんぶ だいこん に んじん きゅうり り んご	ビスケット ぎゅうにゅう	おからスコーン ぎゅうにゅう
11	木	かたやきそば	かたぬきチーズ わかめとたこのすのもの キウイフルーツ ぎゅうにゅう	ぶたにく えび たこ ぎゅうにゅう	ちゅうかめん かたく りこ ごまあぶら さ とう	にんじん たまねぎ ほししいたけ しょう が もやし はくさい	パイ ぎゅうにゅう	やさしいちちみ
12	金	ぶたバラはるさめどん	はくさいのあさづけ おすいもの フルーツポンチ とうにゅう	ぶたにく とうふ とうにゅう	こめ サラダあぶら はるさめ さとう	にんじん たまねぎ こねぎ きゅうり は くさい しめじ	ざらめせんべい (1才児…こまつな) ぎゅうにゅう	コンソメフライドポテト
13	土	ごはん	チキンステーキ アスパラとベーコンのソテー カレースープ	とりにく ベーコン ウィンナー	こめ サラダあぶら さとう パター	にんにく たまねぎ コーン アスパラガス パセリ	クラッカー ぎゅうにゅう	ゴーフレット ぎゅうにゅう
15	月	ごはん (やきのり)	ぶたにくのしょうがやき とうまよのなつとうあえ みそしる オレンジ	ぶたにく しらす なつとう みそ	こめ サラダあぶら ごまあぶら じゃがい も	やきのり しょうが たまねぎ にんじん えのきたけ	しおせんべい ぎゅうにゅう	ハムチーズパンケーキ ぎゅうにゅう
16	火	ひじきごはん	あつやきたまご だいすのごちま かぶとひきにくのスープ	あぶらあげ たまご とりにく だいす	こめ ごまあぶら さ とう ちくわが かた くりこ	にんじん ひじき こ んぶ ごぼう ほしし いたけ しめじ かぶ	ビスケット ぎゅうにゅう	キウイフルーツ やさしいせんべい (1才児…いわしせんべい) ぎゅうにゅう
17	水	バターロール	きのこクリームシチュー えびのガーリックいため バナナ	とりにく ぎゅうにゅ う えび	バターロール じゃが いも オリーブオイル	にんじん たまねぎ しめじ コーン パセ リ にんにく	わかめせんべい ぎゅうにゅう	ブルーベリージャムクッキー ぎゅうにゅう
18	木	ごはん	しろみざかなのなんぼんづけ わかめのおかかあえ ちゅうかスープ りんご	かじき かつおぶし ぶたにく	こめ かたくりこ サ ラダあぶら さとう はるさめ ごまあぶら	にんじん たまねぎ ビーマン わかめ ほ ししいたけ	ウエハース ぎゅうにゅう	きなこおからスク ぎゅうにゅう
19	金	にくうどん	やさしいため ちくわのいそべやき みかん ぎゅうにゅう	ぶたにく あぶらあげ とりにく ちくわ ぎゅうにゅう	うどん サラダあぶら さとう マヨネーズ	にんじん ながねぎ たまねぎ もやし ビーマン キャベツ	あまからせんべい (1才児…ボンせん) ぎゅうにゅう	いりこあおなの おにぎり
20	土	チャーハン	すどり きゅうりのつけもの ねぎポークスープ	たまご ハム なると とりにく ぶたにく	ごまあぶら こめ さ とう かたくりこ こ ま	ながねぎ にんじん たまねぎ ほししいた け ビーマン	しおせんべい (1才児…わかめせんべい) ぎゅうにゅう	サブシ ぎゅうにゅう
22	月	ごはん	マーボーなす やきビーフン ブロッコリーあえ もものかんづめ	ぶたにく みそ とう ふ	こめ サラダあぶら かたくりこ ごまあぶ ら ビーファン こま	にんにく しょうが にんじん たまねぎ ほししいたけ	ビスケット ぎゅうにゅう	ツナマヨトースト ぎゅうにゅう
24	水	ふりかけごはん	とりにくとだいこんのもの カレーふうみのポテトサラダ とうふとみずなのわふうスープ セリー ジュース	とりにく あつあげ ハム とうふ	こめ さとう じゃが いも マヨネーズ	にんじん だいこん きゅうり コーン み ずな	あまからせんべい (1才児…えびせんべい) ぎゅうにゅう	ストロベリー ミルクプリン
25	木	ミルクパン	ぶたにくとキャベツのトマトに パターコーン きのことベーコンのスープ ぎゅうにゅう	ぶたにく こなチーズ ベーコン ぎゅうにゅ う	ミルクパン オリーブ オイル さとう サラ ダあぶら パター	にんにく トマト ト マトピューレー たま ねぎ キャベツ	ビスケット ぎゅうにゅう	うめしらすおにぎり
26	金	わかめごはん	さけのこうみソースがけ ぼんさんすい レタスのちゅうかスープ オレンジ	さけ ハム たまご とりにく	こめ かたくりこ サ ラダあぶら さとう こま はるさめ	わかめ ながねぎ に んじん きゅうり え のきたけ レタス	しおせんべい ぎゅうにゅう	あずきポトケーキ ぎゅうにゅう
27	土	ごはん	ホークピカタ ダイスチーズサラダ エービーシースープ	ぶたにく たまご ハ ム チーズ ベーコン	こめ こむぎこ さ とう サラダあぶら マ カロニ	パセリ にんじん きゅうり キャベツ コーン たまねぎ	クリームサンドビスケット ぎゅうにゅう	あまからせんべい (1才児…いわしせんべい) ぎゅうにゅう
29	月	たにんどん	かふうあえ いわしのつみれじる キウイフルーツ	ぶたにく たまご つ みれ みそ	こめ さとう かたく りこ ごまあぶら	にんじん たまねぎ ながねぎ やきのり もやし チンゲンサイ	ビスケット ぎゅうにゅう	たこやきポテト ぎゅうにゅう
30	火	やきそば	いわしスティック やきチーズかぼちゃ わかめスープ ぎゅうにゅう	ぶたにく ベーコン こなチーズ ぎゅう にゅう	サラダあぶら ちゅう かめん こま	にんじん たまねぎ もやし キャベツ あ おりの かぼちゃ	しおせんべい (1才児…きなこせんべい) ぎゅうにゅう	いなりずし

※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

☆水筒を毎日忘れずに持参下さい

☆10時おやつは1・2才児のみ提供します

☆延長保育用おやつは別途あります

七五三のお祝い

父母と教師の会より
12日(金)に千歳飴を
配布します。

誕生会

24日(水)
おたんじょうび
おめでとう

