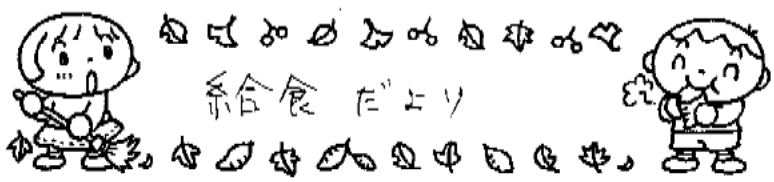
11月　献立表　中尾保育所

日付		献立名	材料名	おやつ 午前 0〜2歳児	おやつ 午後
2	月	ハヤシライス　コールスローゆで卵	牛人参 おねぎ じゃが芋 キャベツ コーン 卵	牛乳 バナナ	牛乳 手作りおやつ
4	水	かみかみさつま揚げ ブロッコリーサラダ もやしスープ	鶏身 卵 ブロッコリー ハム 卵 もやし 人参 ごぼう れんこん 五穀ゴーレ	牛乳 クラッカー	牛乳 せんべい
5	木	牛肉入りキンピラ 野菜スープ 麩やき卵	牛人参 玉ねぎ ベーコン キャベツ じゃが芋 切干だいこん ライムグン 卵 クリームコーン	牛乳 ビスケット	牛乳 クラッカー
6	金	大豆の洋風かまぼこ揚げ サケと野菜の酢物 みそけんちん	ソーセージ 人参 ベーコン さつま芋 大豆 サケ 切干だいこん 五穀みそ 豚肉	牛乳 クッキー	牛乳 ポップコーン
7	土	マーボー豆腐　ギョーザ	豚ミンチ 人参 玉ねぎ こうけのこ 椎茸 豆腐 ギョーザ(にんにくは抜き)	牛乳 重ね煎餅ビスケット	牛乳 正油せんべい
9	月	とりつくねレモン 切干大根煮 シューマイ	とりミンチ 人参 ほうれん草 切干大根 椎茸 春雨 切干大根 えのき シューマイ	牛乳 えびパン	牛乳 手作りおやつ
10	火	南仏のそぼろ煮、イギリス 大豆のポトスープ	とりミンチ 人参 イタリア 南仏 海老 ハム 切干大根 春雨 和布 白ごまの豆	牛乳 土塩せんべい	牛乳 クラッカー
11	水	鯖のねぎ焼き マカロニサラダ ふの清汁	鯖 ハム 切干 マカロニ コーン ふ えのき 五穀みそ	牛乳 プリッツ	牛乳 ビスケット
12	木	愛小遠 弁当の日	さつま芋 バター 卵	牛乳 アスパラやさいビスケット	牛乳 手作りおやつ
13	金	ひじきの一口揚げ シューマンポテト カレースープ	とりミンチ 人参 イタリア よもぎ ごぼう ひじき じゃが芋 ウインナー ベーコン キャベツ	牛乳 クラッカー	牛乳 せんべい
14	土	卵とじうどん　かえす鳥ゆ	かしわ 人参 玉ねぎ ネギ うどん キャベツ 青菜 卵 五穀	牛乳 バナナ	牛乳 ビスケット
16	月	クリームシチュー 牛蒡和え 煮卵	豚 人参 玉ねぎ コーン じゃが芋 しめじ あげ キャベツ 切干大根 麩 ごま	牛乳 枝豆	牛乳 手作りおやつ
17	火	すきやき風煮 ごまサラダ ふのみそとじ	牛人参 玉ねぎ はくさい キャベツ ハム ふ あげ えのき ごぼう 豚 しめじ 糸こん	牛乳 土塩せんべい	牛乳 クッキー
18	水	鯛のフライ 切干大根 三宵汁	鯛 しめじ 人参 切干大根 ブロッコリー あげ 大根 えのき ネギ 豆腐 ごま	牛乳 豆乳クッキー	牛乳 プリッツ
19	木	とりレバーの甘辛煮 ちくわのごまマヨ 春雨スープ	とりレバー 白菜 人参 干椎茸 白玉麩 春雨 ちくわ 玉ねぎ 切干大根	牛乳 あげパーロー	牛乳 ビスケット
20	金	秋まつり	牛人参 すき焼コンニャク 白菜 ふ 豆腐 あげ こうや豆	牛乳 クッキー	牛乳 塩せんべい
21	土	和風 ちゃんぽん ごぼうのから揚げ	豚 かまぼこ 人参 玉ねぎ キャベツ ごぼう ベーコン もやし	牛乳 きなこせんべい	牛乳 ビスケット
24	火	お誕生日会	小豆 たくあん 白ヨリ じゃが芋 ハム 切干 コーン ミートボール 卵	牛乳 ふわふわせんべい	牛乳 クレキー
25	水	鯛のあんかけ 青菜サラダ 永内豆	鯛 人参 玉ねぎ もやし インゲン ほうれん草 人参 卵 手内豆 青のり	牛乳 クラッカー	牛乳 ふかし芋
26	木	季節の大豆等 オニオンスープ もやしの香味和え	ソーセージ 人参 さつま芋 大豆 ごぼ 玉ねぎ ハロソ もやし ネギ 麩	牛乳 ビスケット	牛乳 正油せんべい
27	金	豆腐のヨソ揚げ シルバーサラダ 玉ねぎのみそけ	豚ミンチ 人参 豆腐 ネギ ごぼ 春雨 玉ねぎ あげ かいのみそ	牛乳 えびせん	牛乳 枝豆
28	土	八宝菜　春巻	豚 かまぼこ 人参 玉ねぎ 白菜 椎茸 春巻 卵 キャベツ	牛乳 塩せんべい	牛乳 クラッカー
30	月	カレーうどん ツナとキャベツのサラダ ゆで卵	牛人参 玉ねぎ じゃが芋 キャベツ コーン 卵 ツナ	牛乳 クッキー	牛乳 手作りおやつ



給食だより

食欲はどうしてわくの？

楽しい経験が子供の食欲を導きます。

・たくさん遊んだあとや、自分で育てた野菜などは、いつもは食べられないものでもおいしく食べる事が出来ます。

おいしいね！と共感しながら食べる食欲を育てましょう。



