



11月献立予定表



令和4年 認定こども園旭幼稚園

山も、だんだんと黄色や赤に色づいてきました。
 コロナ禍での運動会でしたが、お天気にも恵まれて、無事に終わることができました。皆さん良く頑張りましたね。第7波が少しずつ落ち着いてきました。が、マスク、手洗い、アルコール消毒などは継続して行って下さい。インフルエンザも、流行の季節をむかえます。給食をもりもり食べて、強いからだを作りましょう。

☆マークの日は、うさぎ・ひよこは白身魚です。 ※食材の都合等により、メニューを変更する場合があります。

日	曜	主食	献立名	あか	きいろ	みどり	3時の おやつ
				血、肉、骨をつくる	強い力をつくる	病気から守ってくれる	
1	火	ゆかりごはん	長州どりの梅マヨ焼き ふかしいも えのきとわかめのみそ汁	鶏肉・味噌	さつま芋・米・もち麦	えのき・玉ねぎ・人参・わかめ	アメリカン ドッグ
2	水	もち麦ごはん	豚肉とキャベツの味噌炒め みかん入りポテトサラダ 人参と豆腐のみそ汁	豚肉・木綿豆腐・味噌	米・じゃが芋	キャベツ・ピーマン・赤ピーマン・生姜・にんにく・きゅうり・コーン・みかん・えのき・人参・わかめ	フルーチェ (いちご)
4	金	〇おべんとうを持って来て下さい					お菓子
5	土	鶏塩うどん	鶏塩うどん 水菜とちりめんじゃこのサラダ バナナ	鶏肉・ちりめんじゃこ	うどん・ドレッシング ごま醤油	長ネギ・水菜・人参・バナナ	パン
7	月	牛丼	牛丼 キャベツのさっぱり海苔酢和え りんご	牛肉・ちりめんじゃこ	砂糖・米	玉ねぎ・人参・ごぼう・キャベツ・海苔・りんご	タイ焼き
8	火	〇おべんとうを持って来て下さい					お菓子
9	水	ビーフカレー	ビーフカレー キャベツとコーンのサラダ 温州みかんゼリー	牛肉	米・じゃが芋	玉ねぎ・人参・りんご ジュース・キャベツ・きゅうり・コーン・みかんゼリー	フルーツ ポンチ
10	木	肉うどん	肉うどん ブロッコリーとエビのマヨドレ和え 国産レモンゼリー	牛肉・エビ・カット揚げ	うどん・砂糖	玉ねぎ・生姜・青ネギ・ブロッコリー・コーン・レモンゼリー	きなこ トースト
11	金	麻婆丼	麻婆丼 きゅうりのなめたけ和え パイン	豚ミンチ・木綿豆腐・赤味噌・中華味噌	米・砂糖	玉ねぎ・人参・生姜・なめたけ・きゅうり・キャベツ・パイン	豆乳バナ ナケーキ
12	土	ミートスパゲティ	ミートスパゲティ キャベツの昆布和え バナナ	牛ミンチ・豚ミンチ	スパゲティ・砂糖	玉ねぎ・人参・ピーマン・キャベツ・きゅうり・塩昆布・バナナ	パン

14	月	もち麦ごはん	鮭の香味焼き エビ入りビーフソテー 青ネギと麩のみそ汁	鮭・エビ・豚肉・カット揚げ	米・もち麦・砂糖 ビーフン・麩	ピーマン・人参・干し椎茸・青ネギ・玉ねぎ	フルーチェ (ピーチ)
15	火	ロールパン	長州どりの照り焼き かぼちゃとコーンのサラダ つるつる春雨スープ	鶏肉	ロールパン・春雨	かぼちゃ・きゅうり・コーン・青ネギ・干し椎茸・人参	わかめ むすび
16	水	もち麦ごはん	牛肉と豆腐のすきやき風 大根とツナのサラダ りんご	牛肉・木綿豆腐・ツナ	米・もち麦・砂糖 ドレッシング ごま醤油	玉ねぎ・チンゲン菜・人参・大根・キャベツ・きゅうり・りんご	マカロニ きなこ
17	木	とりごぼろごはん	揚げギョーザ チンゲン菜のおかか和え えのきとしいたけのキノコみそ汁	鶏肉・ギョーザ・花かつお・味噌	米・砂糖	チンゲン菜・キャベツ・人参・えのき・生椎茸・わかめ・ごぼう	シュガー トースト
18	金	もち麦ごはん	スパニッシュオムレツ 赤ピーマンとツナのサラダ 玉ねぎとキャベツのスープ	卵・ツナ	米・もち麦・じゃが芋・ドレッシング ごま醤油	ほうれん草・人参・玉ねぎ・ブロッコリー・大根・きゅうり・赤ピーマン・わかめ・キャベツ	お菓子
19	土	和風きのこスパゲティ	和風きのこスパゲティ キャベツとコーンのごまドレサラダ バナナ	豚肉・ツナ	スパゲティ・ごまクリーミー ミッドレッシング	青ネギ・刻み海苔・えのき・生椎茸・人参・玉ねぎ・キャベツ・きゅうり・コーン・バナナ	パン
21	月	もち麦ごはん	赤魚のみぞれ煮 チンゲン菜とキャベツの磯和え えのきと揚げのみそ汁	赤魚・カット揚げ・味噌	米・もち麦・砂糖	大根おろし・チンゲン菜・キャベツ・人参・海苔・えのき・青ネギ	ジャム サンド
22	火	わかめごはん	ブルコギ 春雨と黄ピーマンのサラダ 中華コーンスープ	牛肉・木綿豆腐・ツナ	米・砂糖・ドレッシング ごま醤油・春雨	玉ねぎ・人参・ニラ・黄ピーマン・きゅうり・コーン・青ネギ・わかめ	さつま芋 スティック
24	木	ロールパン	長州どりのレモンソース さつま芋とコーンのサラダ チキンスープ	鶏肉	砂糖・ロールパン・さつま芋	レモン果汁・きゅうり・コーン・玉ねぎ・人参・キャベツ・パセリ	鮭むすび
25	金	もち麦ごはん	豚肉のスタミナ焼き カミカミれんこんサラダ ぎょうぎスープ	豚肉・ギョーザ・ちりめんじゃこ	米・もち麦・ごまクリーミー ドレッシング	玉ねぎ・人参・赤ピーマン・黄ピーマン・ピーマン・レンコン・白菜	クッキー
26	土	カレーうどん	カレーうどん カリフラワーの甘酢漬け バナナ	牛肉	うどん・砂糖	玉ねぎ・りんごジュース・青ネギ・カリフラワー・人参・きゅうり・バナナ	パン
28	月	もち麦ごはん	牛肉のケチャップ炒め ほくほくむしかぼちゃ キャベツのみそ汁	牛肉・味噌	米・もち麦・砂糖	キャベツ・人参・かぼちゃ・わかめ・玉ねぎ	バナナ ヨーグルト
29	火	ロールパン	ミートボールのケチャップソース りんご入りポテトサラダ ワンダンスープ	ミートボール・ワンタン	ロールパン・じゃが芋	玉ねぎ・赤ピーマン・きゅうり・りんご・コーン・白菜・人参	ツナむす び
30	水	中華丼	中華丼 黄ピーマンともやしのナムル オレンジ	豚肉	砂糖・米	白菜・玉ねぎ・干し椎茸・小松菜・黄ピーマン・もやし・オレンジ	お菓子

