

11月の予定献立表 11月の給食目標 ～苦手な食材にも挑戦してみましょ～

曜日	月	火	水	木	金	土
日付	7日	8日	9日	10日	11日	12日
午前おやつ	牛乳・ビスケット	牛乳・煎餅	牛乳・ビスケット	牛乳・煎餅	牛乳・煎餅	牛乳・煎餅
昼食	主食	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
	副食	鶏肉のマーマレード焼き いんげんの胡麻ネーズ和え 大根の味噌汁 オレンジ	鮭のケチャップ和え 塩昆布和え 春雨スープ 柿	鶏肉のさっぱり煮 切干納豆 若布汁 パイナップル	ジュシー 人参しりしり そうめん汁 柿	かれのバター醤油焼き マカロニのミートソース煮 コンソメスープ りんご・チーズ
午後おやつ	牛乳 ☆スイーツポテト	牛乳 ☆きな粉クリームサンド	牛乳・ビスケット	牛乳・ビスケット	ヨーグルト・ウエハース	野菜ジュース・煎餅
日付	14日	15日	16日	17日	18日	19日
午前おやつ	牛乳・煎餅	牛乳・ビスケット	牛乳・煎餅	牛乳・ビスケット	牛乳・煎餅	牛乳・煎餅
昼食	主食	ご飯	ご飯	パン	ご飯	ご飯
	副食	麻婆豆腐 キャベツの中華スープ バナナ チーズ	ローストチキン 大根サラダ はんぺんのすまし汁 オレンジ	おさかなバーグ 筑前煮 もやしの味噌汁 パイナップル	サンドイッチ(ドライカレー・梅ジャム) マカロニサラダ シチュー 柿	肉団子の甘酢あんかけ しらす和え かぶの味噌汁 りんご・チーズ
午後おやつ	牛乳 ☆かぼちゃのケーキ	牛乳 ☆マッシュポン	牛乳・ビスケット	牛乳・煎餅・小魚	ヨーグルト・ビスケット	野菜ジュース・煎餅
日付	21日	22日	23日	24日	25日	26日
午前おやつ	牛乳・ビスケット	牛乳・煎餅		牛乳・煎餅	牛乳・煎餅	牛乳・煎餅
昼食	主食	ご飯		ご飯	麺	ご飯
	副食	野菜たっぷりブルコギ丼 ぷちぷちスープ オレンジ チーズ	鯖の塩こうじ焼き 切干ナポリタン なめこ汁 バナナ	ミートスパゲティ 若布スープ 柿 チーズ	レバーの甘辛和え もやしのナムル 大根としめじの味噌汁 みかん	すきやき丼 魚肉ソーセージ 若布スープ チーズ
午後おやつ	牛乳 ☆たこ焼き風ポテト	牛乳・ビスケット	牛乳・ビスケット	麦茶 ☆焼きおにぎり	ヨーグルト・ビスケット	野菜ジュース・煎餅
日付	28日	29日	30日	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> 11月29日は“いい肉の日”！地産地消を推進する登米市和牛振興協議会から登米産仙台牛を提供していただきました！その仙台牛をビーフシチューとして子どもたちに食べてもらいます(*^_^*) こども園で初めて牛肉を提供しますので、アレルギーの心配がある方は、11日までにお知らせください。よろしくお祈りします。 </div>		
午前おやつ	牛乳・煎餅	牛乳・ビスケット	牛乳・煎餅			
昼食	主食	ご飯	ご飯			
	副食	カレーライス 切干大根のスープ バナナ チーズ	鮭の味噌マヨ焼き 春雨サラダ ビーフシチュー オレンジ	豆腐入りチキンナゲット 納豆和え 白菜の味噌汁 パイナップル		
午後おやつ	牛乳 ☆ココアのショートブレッド	牛乳・煎餅・小魚	牛乳・ビスケット			

- ★材料発注の都合により、献立を変更する場合がありますのでご了承ください。
- ★☆マークは手作りおやつです。
- ★午前のおやつは3歳未満児のみです。
- ★毎週木曜日は完全給食の日です。ばなな組、ぶどう組、めろん組もご飯はいりません。
- ★土曜日は平均栄養価に含まれておりません。
- ★土曜日に登園するばなな組・ぶどう組・めろん組は毎週ご飯が必要です。

11月の平均栄養価			
エネルギー	タンパク質	脂質	塩分
584	22.7	17	2.1
543	20	15.7	1.7

※上が3歳以上児、下が3歳未満児の平均栄養価です。3歳以上児は米飯110gを含めた栄養価になります。