

日曜	献立名	材 料 名			おやつ	
		熱と力になるもの	血や肉になるもの	体の調子を整えるもの	午前	午後
1 土	めいしょうまつり (おみやげいろいろ)					
4 火	【いもほり】 いかと里芋の煮付け みそ汁 ごはん	米 さといも さとう	いか 豆腐 油揚げ 生 わかめ 煮干し	だいこん にんじん たけのこ缶 さやえんどう はくさい 葉ねぎ	牛 乳 おかき	豆 乳 チーズ菓子
5 水	さんまのかば焼き風 けんちん汁 一口ゼリー ごはん	米 さとう かたくり粉 油 さといも 一口ゼリー	さんま 油揚げ 豆腐 削り節	にんじん ごぼう 干し椎茸 葉ねぎ	牛 乳 コーンフレーク	牛 乳 マカロニ安倍川
6 木	【焼き芋パーティ】 肉野菜炒め わかめスープ ごはん	米 さとう 油 白ごま	豚もも肉 豆腐 生わかめ	しょうが キャベツ にんじん 青ピーマン たまねぎ もやし	牛 乳 ぼんせんべい	牛 乳 焼き芋
7 金	香り焼きそば コンソメスープ チーズ ロールパン	ロールパン 蒸し中華めん 油 ごま油	豚もも肉 いか ウィンナー チーズ	しょうが にんにく 葉ねぎ キャベツ にら 赤ピーマン たまねぎ にんじん チンゲンサイ	プリン	牛 乳 のり巻きせんべい
8 土	【家族ふれあいの日】 ふれあいランチ *おにぎりがいります				牛 乳 塩せんべい	
10 月	シーフードカレー フルーツヨーグルト 麦ごはん	米 麦 油 じゃがいも バター 小麦粉	ツナ缶 いか むきえび スキムミルク プレーンヨーグルト	しょうが にんにく たまねぎ にんじん グリンピース みかん缶 りんご バイン缶 干しぶどう	牛 乳 クラッカー	お茶 大学芋
11 火	ハムカツサンド ポトフ 味付け煮干 食パン	食パン 小麦粉 パン粉(乾燥) 油 じゃがいも	ロースハム 卵 鶏も も肉 味付け煮干	キャベツ にんじん たまねぎ セ ロリー パセリ	牛 乳 ビスケット	発酵乳
12 水	煮魚(大根) じゃがにら汁 一口ゼリー ごはん	米 さとう じゃがいも 一口ゼリー	さかな 削り節	しょうが だいこん たまねぎ えのきたけ にら	牛 乳 あられ	野菜果汁 スイートポテト
13 木	【月組:お別れ遠足】 白菜のクリーム煮 ドレッシング和え ミルクロール	ミルクロール 油 バター 小麦粉 サラダ油 さとう	鶏胸肉 スキムミルク 生クリーム ツナ缶	はくさい にんじん たまねぎ しめじ パセリ ほうれんそう きゅうり 赤ピーマン コーン缶	牛 乳 ごませんべい	りんごジュース おかき
14 金	みそ煮おでん しらす入りいり卵 麦ごはん	米 油 麦 さといも 板こんにゃく さとう 白ごま	生揚げ ちくわ 削り節 しらす干し 卵	だいこん たまねぎ ほうれんそう にんじん	牛 乳 卵ボーロ	牛 乳 鬼まんじゅう
15 土	【なかよし保育】 【児童クラブ説明会】 煮込みうどん ヨーグルト	干しうどん(乾)	鶏胸肉 油揚げ 削り節 ヨーグルト	かぼちゃ にんじん 干し椎茸 根菜ねぎ	牛 乳 のり巻きせんべい	
17 月	大豆のケチャップ煮 ポパイソテー クロロール	クロロール 油 じゃがいも さとう バター	豚もも肉 大豆(水煮)	たまねぎ にんじん しめじ グリンピース(冷凍) ほうれんそう 赤ピーマン たけのこ缶 コーン缶	牛 乳 かりんとう	牛 乳 さつまいもカナッペ
18 火	ひじきの炒め煮 白みそ汁 ごはん	板こんにゃく 油 さとう	鶏もも肉 ひじき 葉付けはん 削り節 豆腐	たけのこ缶 にんじん 干し椎茸 さやいんげん こまつな たまねぎ	牛 乳 パイ菓子	豆 乳 のり巻きせんべい
19 水	肉野菜炒め わかめスープ ごはん	米 さとう 油 白ごま	豚もも肉 豆腐 生わかめ	しょうが キャベツ にんじん 青ピーマン たまねぎ もやし	牛 乳 ぼんせんべい	牛 乳 柿 塩せんべい
20 木	【誕生会】 ケチャップライス エビのフリッター 野菜スープ ごはん	米 油 小麦粉 かたくり粉 サラダ油	ウィンナー えび 卵 あおのり	たまねぎ コーン缶 青ピーマン キャベツ だいこん にんじん もやし パセリ	牛 乳 おこし	紅茶 ケーキ
21 金	香り焼きそば コンソメスープ チーズ ロールパン	ロールパン 蒸し中華めん 油 ごま油	豚もも肉 いか ウィンナー チーズ	しょうが にんにく 葉ねぎ キャベツ にら 赤ピーマン たまねぎ にんじん チンゲンサイ	プリン	牛 乳 ポテトドーナツ
22 土	【家族ふれあいの日】 ふれあいランチ *おにぎりがいります				牛 乳 塩せんべい	
25 火	ハムカツサンド ポトフ 味付け煮干 食パン	食パン 小麦粉 パン粉(乾燥) 油 じゃがいも	ロースハム 卵 鶏もも肉 味付け煮干	キャベツ にんじん たまねぎ セロリー パセリ	牛 乳 ビスケット	発酵乳 おかき
26 水	煮魚(大根) じゃがにら汁 一口ゼリー ごはん	米 さとう じゃがいも 一口ゼリー	さかな 削り節	しょうが だいこん たまねぎ えのきたけ にら	牛 乳 あられ	野菜果汁 柿ケーキ
27 木	シーフードカレー フルーツヨーグルト 麦ごはん	米 麦 油 じゃがいも バター 小麦粉	ツナ缶 いか むきえび スキムミルク プレーンヨーグルト	しょうが にんにく たまねぎ にんじん グリンピース みかん缶 りんご バイン缶 干しぶどう	牛 乳 クラッカー	お茶 かりんとう
28 金	みそ煮おでん しらす入りいり卵 麦ごはん	米 油 麦 さといも 板こんにゃく さとう 白ごま	生揚げ ちくわ 削り節 しらす干し 卵	だいこん たまねぎ ほうれんそう にんじん	牛 乳 卵ボーロ	牛 乳 ポテとりんごの蒸しまん
29 土	【家族ふれあいの日】 【11/29.30 作品展】 ふれあいランチ *おにぎりがいります				牛 乳 バームクーヘン	

食物アレルギー児は医師の指示に基づき、除去食、代替食での対応をしています。

今月生まれの子には誕生会の日におやつプレゼントがあります。乳児は成長に応じてトマトジュース・離乳食・乳児食を食べます。

