

11月の予定献立表

発行日:2022年10月31日
 作成者:日野 かおり

	月	火	水	木	金	土
午前		1 牛乳	2 牛乳	3	4 牛乳	5 りんごジュース
昼食		わかめごはん けんちん汁 魚の南蛮漬け みかん	八宝菜丼 卵スープ ゆかり和え	文化の日	ごはん チキンスープ 魚のチーズ焼き にんじんサラダ	野菜ラーメン さつまいもサラダ バナナ
午後		牛乳 もみじまんじゅう	牛乳 せんべい		牛乳 麩のラスク	牛乳 パームクーヘン
午前	7 牛乳	8 牛乳	9 牛乳	10 牛乳	11 野菜ジュース	12 ピーチジュース
昼食	ごはん 味噌汁 煮魚 切干大根のさつぱり和え	ごはん すまし汁 鶏天 五目豆	スティックパン パンブキンシチュー 魚のムニエル 柿サラダ	ごはん 味噌汁 ひじき入りつくね もやしの彩り和え	カレーライス マカロニサラダ りんご	運動会
午後	牛乳 キャロット蒸しパン	牛乳 大学芋	お茶 牛飯おにぎり	牛乳 卵サンド	牛乳 カナッペ	
午前	14 牛乳	15 牛乳	16 スタミン	17 牛乳	18 牛乳	19 牛乳
昼食	ごはん 中華スープ レバーの酢豚風 キウイフルーツ	ごはん かき玉汁 魚のホイル蒸し トマトサラダ	誕生日会 五色丼 麩のすまし汁 コロケ・うさぎりんご ブロッコリー	ごはん そうめん汁 魚のおろし煮 おかか和え	郷土料理(ベルギー) ロールパン ワートルゾーイ風スープ ハンバーグのトマト煮 リエージュサラダ	ごはん 味噌汁 焼肉風 みかん
午後	お茶 五平餅	牛乳 オレンジケーキ	牛乳 シュークリーム	牛乳 肉まん	牛乳 スペキュロス	牛乳 カステラ
午前	21 牛乳	22 牛乳	23	24 牛乳	25 牛乳	26 牛乳
昼食	ごはん すまし汁 肉豆腐 バナナ	きつねうどん さつまいもの天ぷら ツナサラダ	勤労感謝の日	スタミナ納豆丼 わかめスープ れんこんカレー炒め	ごはん 洋風味噌汁 魚のパン粉焼き ジャーマンポテト	親子丼 すまし汁 香り漬け
午後	牛乳 サモサ	お茶 たくあんおにぎり		お茶 ぶどうゼリー	牛乳 小倉トースト	牛乳 バイ菓子
午前	28 牛乳	29 牛乳	30 牛乳			
昼食	ごはん なめこ汁 豚肉の生姜焼き かぼちゃの煮物	ごはん 味噌汁 さつま揚げ コールスローサラダ	鮭のちらし寿司 すまし汁 ささみのサラダ オレンジ			
午後	牛乳 焼きそば	お茶 フルーツヨーグルト	牛乳 ブッセ			

給食だより

秋も深まり、紅葉の季節となりました。

18日はベルギーの郷土料理給食です。ベルギーの中心的都市、リエージュの伝統的なサラダや鶏肉やクリームを使ったスープを取り入れています。おやつにはシナモンやバターが入ったビスケットを予定しています。

誕生日給食は16日となっています。

献立平均給与栄養量

エネルギー 494kcal

たんぱく質 19.7g

脂質 16.6g

☆園の都合により献立を変更する場合がございます。

