

# 11月の献立

令和4年

細野保育園

日	曜日	10時	昼食	3時
1	火	クッキー 牛乳	白菜のすき焼き風煮 三味あえ じゃがいものみそ汁 パイン缶	せんべい りんごジュース
2	水	ビスケット 牛乳	五目シュウマイ 豆菜サラダ オレンジ	卵とじうどん
4	金	バナナ	ツナじゃがコロック風 キャベツのサラダ りんご	ほうれん草のプチパン ミロ
5	土	せんべい	グラタン(冷凍) ブロッコリー ボイルウィンナー ゼリー	サッポロバーベキュー 牛乳
7	月	せんべい 牛乳	ミートエッグ マカロニサラダ ポトフ風スープ パイン缶	わかめおにぎり ほうじ茶
8	火	えびせん 牛乳	鶏肉のみそマヨ焼き 小松菜の磯あえ はんぺんのすまし汁 オレンジ	りんごゼリー せんべい
9	水	リッツ	ピザバーグ ブロッコリーのおかか和え バナナ	三角さつまいもパイ 牛乳
10	木	バナナ	さばの竜田揚げ 中華サラダ なめこと豆腐のみそ汁 りんご	ウィンナーロールパン 野菜ジュース
11	金	クッキー 牛乳	きのこたっぷりポークストロガノフ ミックスサラダ みかん	フルーツヨーグルト ウエハース
12	土	ビスケット	しゅうまい 卵スープ ブロッコリー ぶどうゼリー	つぶつぶベジタブル 牛乳
14	月	せんべい	豆腐のあんかけ 海藻サラダ フルーツカクテル	マヨコーンパン 牛乳
15	火	源氏パイ	白菜のシチュー タコさんウィンナー えだまめサラダ りんご	チヂミ 牛乳
16	水	ビスケット	チキンのオープン焼き マカロニサラダ キャベツのみそ汁 バナナ	かっぱえびせん ヤクルト
17	木	ヨーグルト	めかじきのチーズピカタ 青菜としめじの磯あえ オレンジ	やきいも 牛乳
18	金	えびせん	三色そばろごはん 彩りなます おでん風スープ みかん <b>完全給食の日</b>	お麩ラスク ココア
19	土	ビスケット	ボンカレー マカロニサラダ オレンジゼリー	せんべい 幼児優良牛乳
21	月	ビスケット	ポークビーンズ ほうれん草の納豆あえ パイン缶	ちんぴん(沖縄郷土おやつ) 牛乳
22	火	ウエハース 牛乳	松風焼き 白菜とちくわのマヨサラダ じゃがいもと玉ねぎのみそ汁 オレンジ	源氏パイ 幼児野菜ジュース
24	木	せんべい	サケマヨコーン かぼちゃとひじきの煮物 りんご	ダブルクリームサンドパン 牛乳
25	金	バナナ	根菜と鶏肉のごまみそ炒め もやしとわかめのナムル みかん	マカロニあべかわ 牛乳
26	土	せんべい	ハンバーグ ポテトサラダ わかめのみそ汁 ゼリー	どうぶつビスケット 牛乳
28	月	ウエハース	スパニッシュオムレツ 小松菜とキャベツのおかかあえ チンゲン菜のミルクスープ パイン缶	かぶき揚げせんべい オレンジジュース
29	火	ビスコ	マーボー豆腐 小松菜の胡麻ネーズあえ オレンジ	さつまいもマフィン ジョア
30	水	ジャムパン 牛乳	白菜の中華煮 いそべ揚げ みかん	ソファール(ぶどう味) せんべい

栄養価	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量
未満児目標量	519kcal	20.0g	15.0g	1.4g
未満児月平均	486kcal	17.0g	14.0g	1.4g
以上児目標量	566kcal	21.0g	16.0g	1.8g
以上児月平均	602kcal	21.8g	16.6g	1.8g

- 未満児は昼食にご飯が出ます。
- 以上児は**完全給食の日**の日は  
ご飯はいりません。
- 都合により献立を変更する場合があります。