

11月の献立予定表

武内保育園

日	曜	副 食 (共 通)	未満児			お や つ	
			主食	追加食	9時(未満児)	9時(以上児)	3時(共通)
1	金	鮭の塩焼き, 南瓜とささみの胡麻和え, 冬瓜の味噌汁 バナナ	麦ごはん	にんじんしりしり	牛乳 チーズ	いりこ	ミルク ホットケーキ
2	土	ビーフン炒め, 肉じゃが, しめじの味噌汁	麦ごはん		🍌🍌🍌🍌🍌🍌🍌		おむすび(かやく)
5	火	ハヤシライス, ツナサラダ, 柿	麦ごはん	焼き魚 オレンジ	牛乳 ウエハース	いりこ	牛乳 さつまいもチップス
6	水	きつねうどん, れんこんのガーリックマヨ炒め, チーズ納豆 ゼリー	麦ごはん	がんもの煮物	バナナ	いりこ	おむすび(のりたま)
7	木	魚の野菜あんかけ, かんころ煮しめ, 白菜味噌汁, みかん	麦ごはん	高野豆腐と ツナ炒め	いりこ	いりこ	ヨーグルトムース
8	金	生姜焼き, 旨煮, 麩の味噌汁, バナナ	麦ごはん	ブロッコリーの ゆかり和え	牛乳 チーズ	いりこ	ミルク マフィン
9	土	三色丼, 海藻サラダ, すまし汁	麦ごはん		🍌🍌🍌🍌🍌🍌🍌		おむすび (ごまじゃこ)
11	月	鶏肉のトマト煮, おから炒め, もやし味噌汁, バナナ	麦ごはん	野菜炒め	コーンフレーク	いりこ	おむすび(うめ)
12	火	魚のベーコン蒸し, 〇いとこ煮〇打ち豆汁, りんご	麦ごはん	ごぼうの味噌煮	牛乳 ウエハース	いりこ	牛乳 〇幸福豆
13	水	ちゃんぽん, ひじき炒め, ゼリー	麦ごはん	卵焼き	バナナ	いりこ	おむすび(わかめ)
14	木	南瓜コロッケ, 高菜チャンプルー, すまし汁, みかん	麦ごはん	じゃがいもの そぼろ煮	いりこ	いりこ	プリン
15	金	カレーライス, バンバンジーサラダ, 柿	麦ごはん	ハンバーグ バナナ	牛乳 チーズ	いりこ	ジュース お好み焼き
16	土	ミートソーススパゲティ, 豆腐サラダ, コンソメスープ	麦ごはん		🍌🍌🍌🍌🍌🍌🍌		せんべい
18	月	野菜たっぷりオムレツ, 中華炒め, シチュー, バナナ	麦ごはん	チンゲン菜の 和え物	コーンフレーク	いりこ	おむすび (おかかチーズ)
19	火	れんこんつくねの照り焼き, 海藻サラダ, 大根味噌汁 ゼリー	混ぜごはん		牛乳 ウエハース	いりこ	牛乳 フライドポテト
20	水	焼きそば, 大豆の磯煮, すまし汁, りんご	麦ごはん	粉ふき芋	バナナ	いりこ	おむすび(ツナマヨ)
21	木	鮭フライ, 野菜の胡麻和え, 白菜味噌汁, みかん	麦ごはん	レバーの甘煮	いりこ	いりこ	ミルク 麩ラスク
22	金	お弁当の日			牛乳 チーズ	いりこ	ケーキ
25	月	マカロニグラタン, ポークビーンズ, コンソメスープ, バナナ	麦ごはん	南瓜の煮物	コーンフレーク	いりこ	おむすび (チャーハン)
26	火	煮魚, 三色和え, 豚汁, りんご	麦ごはん	納豆和え	牛乳 ウエハース	いりこ	ミルク 大豆とじゃこの甘煮
27	水	豆乳担々そうめん, 大根と豚肉炒め, ゼリー	麦ごはん	キャベツとツナの 胡麻和え	バナナ	いりこ	おむすび(ゆかり)
28	木	とり天, 中華サラダ, すまし汁, みかん	麦ごはん	肉じゃが	いりこ	いりこ	牛乳 ジャムサンド
29	金	松風焼き, 高野豆腐の卵とじ, 白菜の味噌汁, 柿	麦ごはん	金平れんこん オレンジ	牛乳 チーズ	いりこ	ジュース おたのしみおやつ
30	土	ビビンバ丼スパゲティサラダ, 大根味噌汁	麦ごはん		🍌🍌🍌🍌🍌🍌🍌		おむすび(鮭ごま)

給食だより

11月24日は『和食の日』です



日本は海・山・里と豊かな自然に恵まれ、多様で新鮮な旬の食材と、うまみに富んだ発酵食品、米飯を中心とした栄養バランスに優れた食事構成をもつ、「和食」の文化があります。日本の秋は「実り」の季節であり、「自然」に感謝し、来年の五穀豊穡を祈る祭りなどの行事が、全国各地で盛んに行われる季節でもあります。

日本の食文化にとって大変重要な時期である秋の日に、毎年一人ひとりが「和食」文化について認識を深め、和食文化の大切さを再認識するきっかけの日となっていくよう願いをこめて、11月24日を“いい日本食”「和食」の日と制定されたそうです。

☆11月の献立紹介☆

- ・ 今月の郷土料理は滋賀県です。まだまだ日本全国の郷土料理が続きます。
- ・ おたのしみおやつは子どもたちが掘ったお芋を使ったおやつです。
- ・ 22日(金)はお弁当の日です。今月からまた再開しますので、準備をお願いいたします。