



11月 幼児用給食献立表



羽村まつの木保育園

2022年

日	曜日	給食	おやつ
1	火	味噌ラーメン、厚焼きたまご、じゃがタラマヨ和え、トマトの甘酢和え、バナナ	麦茶、さつまいも餅
2	水	しらす納豆ごはん、豆腐の肉巻き、ひじきサラダ、人参の甘煮、大根の味噌汁、柿	牛乳、コーンピザ
3	木		
4	金	ロールパン、はんぺんフライ、かぼちゃサラダ、キャベツのさっぱり和え、ベーコンスープ、ミカン	麦茶、きつねおにぎり
5	土	豚丼、ブロッコリーの和え物、トマト、野菜の味噌汁、フルーツ	麦茶、ゼリー、ビスケット
6	日		
7	月	ゆかりごはん、かじきマグロのかりん揚げ、ピーマン入り金平ごぼう、茹でブロッコリー、豆腐の味噌汁、柿	牛乳、カステララスク
8	火	カレーうどん、ししゃも焼き、金時豆煮、もやしの和え物、バナナ	麦茶、サクサクヨーグルト
9	水	ごはん(焼き海苔付き)、のし焼売、マカロニサラダ、さつま揚げの煮物、なめこの味噌汁、ミカン	麦茶、さつま芋ケーキ
10	木	人参バーガーパン、変わり揚げエビバーグ、コーンの炒め物、茹でブロッコリー、ポークビーンズ、バナナ	麦茶、俵おにぎり
11	金	鶏ごぼうごはん、ほっけの塩焼き、かぼちゃの甘煮、ほうれん草のゴマ和え、わかめの味噌汁、オレンジ	麦茶、牛乳寒天
12	土	ハヤシライス、マセドアンサラダ、野菜スープ、フルーツ	麦茶、ココロドーナツ
13	日		
14	月	ジャージャー丼、ちくわのマヨチーズ焼き、満点サラダ、さつまいもの茶巾絞り、わかめの中華スープ、リンゴ	牛乳、あんこスティックパイ
15	火	お祝い御膳(赤飯、キスの天ぷら、がんもの含め煮、れんこんの金平、きゅうりの漬物、麩入り清汁、バナナ)	牛乳、お祝いケーキ
16	水	芋煮会(おにぎり、茹でウィンナー、芋煮汁、ミカン)	牛乳、ドーナツ
17	木	きのこ入りミートソースパゲティー、チキンのパン粉焼き、大根サラダ、トマト、卵スープ、バナナ	麦茶、味噌おにぎり
18	金	ロールパン、鮭のマヨ焼き、もち麦入りサラダ、茹でブロッコリー、クリームシチュー、ミカン	麦茶、ヨーグルト
19	土	鮭ごはん、豚肉と玉葱炒め、さつまいもサラダ、油揚げの味噌汁、フルーツ	ジュース、パンカナッペ
20	日		
21	月	駅弁(東北新幹線 秋田県 こだわり鶏めし)	牛乳、シュガーロール
22	火	ラーメン屋さん(まつの木ラーメン、揚げ餃子、もやしの中華和え、ミカン)	牛乳、くまちゃんスイートポテト
23	水		
24	木	ゆかりごはん、サンマのゴマ焼き、切り干し大根煮、ほうれん草の和え物、なすの味噌汁、リンゴ	麦茶、里芋の揚げ煮
25	金	中華おこわ、えびチリ風炒め物、もやしのナムル、トマト、コーンスープ、ミカン	牛乳、きなこマカロニ
26	土	すき焼き丼、カラフルサラダ、トマト、白玉麩入り清汁、フルーツ	麦茶、プリン、お菓子
27	日		
28	月	カレーライス、チキンの塩麹焼き、シルバーサラダ、トマト、コンソメスープ、バナナ	麦茶、ゴマトースト
29	火	ごはん、鯖の竜田揚げ、厚揚げとひじきの煮物、野菜の納豆和え、きのこの味噌汁、ミカン	牛乳、ポップコーン
30	水	黒糖パン、マカロニグラタン、人参の甘煮、塩昆布入りブロッコリーサラダ、卵とほうれん草スープ、バナナ	牛乳、ホクホクさつま・小魚

今月の平均 3~5歳児 エネルギー578kcal たんぱく質 23.4g 脂質塩分 20.3g 塩分 2.2g
 ★仕入の都合により献立を変更することがありますのでご了承ください。