



# 11月 幼児用給食献立表



羽村まつの木保育園

2024年

日	曜日	給食	おやつ
1	金	わかめごはん、かじきマグロの梅風味焼き、肉じゃが煮、小松菜のゴマ和え、白菜の味噌汁、オレンジ	牛乳、ザラメパイ
2	土	三色丼、コーンサラダ、もやしの味噌汁、フルーツ	麦茶、手作りおこし
3	日		
4	月		
5	火	ごはん、鶏の唐揚げ、白菜サラダ、ひじきの五目煮、大根の味噌汁、柿	牛乳、きなこマカロニ
6	水	炊き込みごはん、サンマのゴマ焼き、小松菜の和え物、れんこん金平、かぶの味噌汁、みかん	ココア、フレンチトースト
7	木	肉うどん、ほうれん草のたらこ炒め、かぼちゃのいとこ煮、パイナップル	麦茶、信玄プリン、小魚
8	金	ロールパン、鮭フライ、たまごサラダ、トマト、コーンチャウダー、バナナ	麦茶、炒飯
9	土	豚丼、マセドアンサラダ、豆腐の味噌汁、フルーツ	麦茶、麩ラスク
10	日		
11	月	白食パン、アメリカンハンバーグ、人参グラッセ、ツナサラダ、ポトフ、オレンジ	麦茶、海苔玉おにぎり
12	火	ごはん、鯖の旨煮、切り干し大根煮、わかめの酢の物、チンゲン菜の味噌汁、柿	牛乳、みかん蒸しパン
13	水	ナポリタン、タンドリーチキン、三色野菜のホットサラダ、コンソメスープ、バナナ	麦茶、お茶漬け
14	木	ふりかけごはん、鯖の味噌マヨ焼き、大根サラダ、野菜の梅和え、冬瓜の味噌汁、りんご	牛乳、ゴマスティック
15	金	お赤飯、エビフライ、ほうれん草のゴマ和え、マカロニサラダ、芋煮汁、みかん	牛乳、ゼノワーズパン
16	土	ハヤシライス、ちくわサラダ、キャベツスープ、フルーツ	麦茶、ゼリーお菓子
17	日		
18	月	ゆかりごはん、鯖の生姜焼き、厚焼きたまご、野菜のゴマ和え、茹でブロッコリー、じゃがいもの味噌汁、柿	牛乳、りんごの包み揚げ
19	火	<b>世界料理、ブラジル(ムケッカ、パステウ、ピナグレッチ、フェジーアーダ、りんご)</b>	<b>牛乳、セキリーヨ</b>
20	水	<b>大豆の日(ごはん、豆腐のおかか揚げ、春雨サラダ、煮豆、豚汁、みかん)</b>	牛乳、テラミ食パン
21	木	ちゃんぽん麺、真珠蒸し、小松菜の和え物、パイナップル	牛乳、焼きドーナツ
22	金	<b>誕生日会(オムライス、鶏の唐揚げ、星ポテト、茹でブロッコリー、コーンクリームスープ、ゼリー)</b>	<b>麦茶、さつまいもモンブラン</b>
23	土		
24	日		
25	月	ほうとう風うどん、焼きししゃも、ほうれん草の炒りたまご和え、みかん	麦茶、プリン、菓子
26	火	中華丼、ブロッコリーサラダ、虎豆煮、わかめスープ、バナナ	牛乳、コーンピザ
27	水	ごはん、ひれカツ、小松菜とさつまあげの煮物、さきいかサラダ、あったか汁、柿	牛乳、米粉クッキー
28	木	ロールパン、かじきのバーベキューソース、キャベツの甘酢和え、さつまいものレモン煮、豆乳スープ、みかん	麦茶、焼きおにぎり
29	金	ごはん、お好み焼き風ハンバーグ、かぶのさっぱり漬け、きのこの炒め物、なすの味噌汁、りんご	カルピス、たらこスパゲティ
30	土	カレーライス、カラフルサラダ、白菜スープ、フルーツ	麦茶、パンカナッペ

今月の平均 **3～5歳児** エネルギー **580kcal** たんぱく質 **22.2g**  
 脂質 **20.8g** 塩分 **2.0g**

★ 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。

