

給食だより

子供の家幼稚園

11月の献立

11月です

2024年

月	火	水	木	金	土
				1 フレーク・牛乳	2
				雑穀米 スペイン風オムレツ ほうれん草のナムル みそ汁・牛乳 ☆おにぎり	ソース焼きそば わかめスープ ゼリー ☆せんべい
4 命	5 パナナ・牛乳	6 ふかしもち・牛乳	7 ヨーグルト	8 フレーク・牛乳	9
振替休日	ごはん 肉団子のスープ ブロッコリーのサラダ 牛乳 ☆クッキー	ごはん チキンカレー ほうれん草のごまあえ フルーツポンチ・牛乳 ☆ピザトースト	五目焼き豚ラーメン きゅうりの酢の物 くだもの 牛乳 ☆バナナケーキ	雑穀米 鶏肉のマーマレード焼き きんぴらごぼう みそ汁・牛乳 ☆おにぎり	卵チャーハン 白身魚のフライ コーンスープ くだもの ☆サブレ
11 チーズ	12 パナナ・牛乳	13 ふかしもち・牛乳	14 ヨーグルト	15 おべんとうの日	16
雑穀米 豚肉のすき焼き風 みそ汁 くだもの・牛乳 ☆かぼちゃケーキ	ミートスパゲッティ やさいスープ ヨーグルト ☆おにぎり	ごはん ひき肉どんぶり ドレッシングサラダ くだもの・牛乳 ☆お好み焼き	雑穀米 チキン南蛮 いんげんのごまあえ みそ汁・牛乳 ☆おにぎり	 ☆おやつ用意します	ソース焼きそば わかめスープ ゼリー ☆せんべい
18 チーズ	19 パナナ・牛乳	20 ふかしもち・牛乳	21 ヨーグルト	22 フレーク・牛乳	23 命
雑穀米 スペイン風オムレツ ほうれん草のナムル みそ汁・牛乳 ☆蒸しパン	五目焼き豚ラーメン きゅうりの酢の物 くだもの 牛乳 ☆おにぎり	ごはん チキンカレー ほうれん草のごまあえ フルーツポンチ・牛乳 ☆ピザトースト	ごはん 肉団子のスープ ブロッコリーのサラダ 牛乳 ☆バナナケーキ	雑穀米 鶏肉のマーマレード焼き きんぴらごぼう みそ汁・牛乳 ☆おにぎり	勤労感謝の日
25 チーズ	26 パナナ・牛乳	27 ふかしもち・牛乳	28 ヨーグルト	29 フレーク・牛乳	30
雑穀米 豚肉のすき焼き風 みそ汁 くだもの・牛乳 ☆かぼちゃケーキ	ミートスパゲッティ やさいスープ ヨーグルト ☆おにぎり	ごはん ひき肉どんぶり ドレッシングサラダ くだもの・牛乳 ☆お好み焼き	雑穀米 鶏肉のから揚げ いんげんのごまあえ みそ汁・牛乳 ☆おにぎり	雑穀米・みそ汁 魚の香りのみそ焼き マカロニサラダ くだもの・牛乳 ☆蒸しパン	卵チャーハン コーンスープ くだもの ☆サブレ

紅葉が美しく、やっと秋を感じる季節になりました。
かぼちゃ、いも、なし、かき、みかんなど果物もおいしく
食の爽りを楽しめる季節となりました。
寒さに負けないように食生活を見直して、元気いっぱいの
身体づくりを目指しましょう((๑~`~๑))
☆赤・黄・緑・バランスよく食べてね((๑~`~๑))

