

2024年



11月



# こんだてびょう



完了期食  
三ツ境たんぼぼ保育園

日	曜	朝おやつ	昼食	3色分類			午後おやつ	
				黄 (カや体温のもとになる)	あか (体をつくる・血や肉になる)	みどり (体の調子を整える)		
11	25	月	クラッカー ご飯 みそ汁 鶏肉の照り焼き 小松菜の納豆和え	七分つき米、油、片栗粉、砂糖	牛乳、鶏肉(もも皮なし)、豚レバー、挽きわり納豆、米みそ(淡色辛みそ)、かつお節	バナナ、こまつな、にんじん、たまねぎ、えのきたけ、すりごま、ごま、しょうが	レバーの煮物 果物 牛乳	
12	26	火	こざかな ご飯 豆腐みそ汁 さけの塩焼き ひじきとほうれん草の胡麻和え	七分つき米、マカロニ・スパゲティ、砂糖	牛乳、しろさけ、木綿豆腐、きな粉、米みそ(淡色辛みそ)、いわし(田作り)	みかん、ほうれんそう、たまねぎ、にんじん、しめじ、ひじき、ごま	マカロニきな粉 果物 牛乳	
13	27	水	小麦胚芽のビスケット ご飯 中華スープ 鶏肉の揚げ煮 ナムル	七分つき米、さつまいも、油、片栗粉、砂糖、ごま油	牛乳、鶏もも(皮なし)、米みそ(淡色辛みそ)、ゼラチン	りんご、こまつな、たまねぎ、コーン缶、にんじん、粉かんでん、ごま、カットわかめ	さつまいも 果物 牛乳	
14		木	～おべんとうの日～ ご用意お願い致します。	プレーンビスケット、おせんべい	牛乳	みかん	プレーンビスケット おせんべい 果物 牛乳	
	28		ミレービスケット ご飯 五目みそ汁 カレイのちゃんちゃん焼き	七分つき米、フランスパン、さつまいも、無塩バター、砂糖	牛乳、カレイ、絹ごし豆腐、白みそ、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ	なし、たまねぎ、キャベツ、だいこん、にんじん、カットわかめ	シュガーラスク 果物 牛乳	
1	15	29	金	プレーンビスケット フランスパン スープ タンダーリーチキン ブロッコリーサラダ	フランスパン、七分つき米、さつまいも、マヨネーズ(卵不使用)、砂糖、油	牛乳、鶏もも肉、油揚げ、ヨーグルト(無糖)、ツナ水煮缶	バナナ、ブロッコリー、にんじん、しめじ、コーン缶、ごま	きつねおにぎり 果物 牛乳
2	16	30	土	小麦胚芽のビスケット ご飯 中華スープ 麻婆豆腐	七分つき米、砂糖、油、ごま油、片栗粉、おせんべい	牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、米みそ(淡色辛みそ)	バナナ、たけのこ、たまねぎ、ねぎ、にんにく、しょうが、カットわかめ	おせんべい 果物 牛乳
	18	月	クラッカー ご飯 豆腐みそ汁 これを食べたら元気いっぱい遊べるよ炒め 切干大根の煮物	焼きそばめん、七分つき米、砂糖、マヨネーズ(卵不使用)、油	牛乳、豚肉(肩ロース)赤身、木綿豆腐、油揚げ、米みそ(淡色辛みそ)	バナナ、たまねぎ、にんじん、キャベツ、にんじん、こまつな、切り干しだいこん、いんげん、万能ねぎ	焼きそば 果物 牛乳	
5	19	火	こざかな ご飯 みそ汁 鮭のパン粉焼き 豆腐のサラダ	さつまいも、七分つき米、油、パン粉、砂糖、マヨネーズ(卵不使用)	牛乳、しろさけ、木綿豆腐、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ、いわし(田作り)	バナナ、ブロッコリー、たまねぎ、にんじん、えのきたけ、ごま	ふかし芋 果物 牛乳	
6	20	水	小麦胚芽のビスケット バターチキンカレー スープ 甘酢和え	七分つき米、米粉、砂糖、無塩バター	牛乳、鶏もも(皮なし)、調製豆乳、生クリーム、牛乳、粉チーズ	たまねぎ、みかん、キャベツ、ホールトマト缶詰、だいこん、にんじん、コーン缶	米粉のマフィン 果物 牛乳	
7	21	木	ミレービスケット ご飯 味噌汁 さわらの味噌焼き きんぴらごぼう	七分つき米、片栗粉、砂糖、油、ごま油	牛乳、調製豆乳、さわら、油揚げ、米みそ(淡色辛みそ)、いわし(煮干し)、白みそ	バナナ、ごぼう、にんじん、たまねぎ、カットわかめ、ごま	ココアムース 果物 牛乳	
8		金	～焼き芋パーティー～ 焼き芋 ちゃんぽん麺	ゆで中華めん、さつまいも、七分つき米、ごま油	牛乳、豆乳、豚肉(肩ロース)赤身、米みそ(淡色辛みそ)	キャベツ、かき、緑豆もやし、にんじん、コーン缶、さやえんどう、ごま、カットわかめ、しょうが	おにぎり(わかめ・ごま) 果物 牛乳	
	22		プレーンビスケット フランスパン クリームシチュー 三色サラダ	フランスパン、じゃがいも、七分つき米、無塩バター、油、砂糖	牛乳、鶏もも(皮なし)	にんじん、たまねぎ、だいこん、かき、ブロッコリー、クリームコーン缶、コーン缶、ごま、カットわかめ		
9		土	小麦胚芽のビスケット 豚丼 みそ汁 キャベツのサラダ	七分つき米、さつまいも、マヨネーズ(卵不使用)、砂糖、油、おせんべい	牛乳、豚肉(肩ロース)赤身、油揚げ、米みそ(淡色辛みそ)	たまねぎ、バナナ、キャベツ、コーン缶、しょうが	おせんべい 果物 牛乳	

給食MEMO

★献立表に記載の食材は必ず確認して下さい。

★14日(木)はお弁当の日です。完了期のお子さんはお弁当のご用意をお願い致します。午前おやつ(乳児クラス)、午後おやつ(全クラス)は提供します。

★行事、その他の都合により献立を変更することがあります。

★午前のおやつは乳児クラスに提供します。麦茶が付きます。

★11月提供予定のくだもの:りんご、柿、バナナ、みかん(入荷状況により変わります。)午後おやつと一緒に果物を提供します。

★19時半までの保育がある場合は軽食(食パンと麦茶)を提供します。

