



11月の献立表



★は手作りおやつです

日曜日	曜日	給食		おやつ	
		献立名	主な材料		
1	水	鶏肉の照り焼き きんぴらごぼう 玉ねぎのみそ汁 パイナップル	鶏肉、サラダ菜、トマト ごぼう、人参、ごま 玉ねぎ、もやし、青ねぎ パイナップル	牛乳	★キャラメル ポップコーン
2	木	赤魚のみそ煮 青菜ときこの和え物 そうめん汁 柿	赤魚、土生姜、いんげん 小松菜、ほうれん草、人参、しめじ、えのき そうめん、色板、みつば 柿	牛乳	★フルーツ ヨーグルト
4	土	鮭寿司 ビーフンサラダ 巻きふのすまし汁 オレンジ	鮭、みつば、刻みのり ビーフン、ウインナー、きゅうり 巻きふ、青ねぎ オレンジ	牛乳	味しらべ
6	月	豚肉の生姜焼き 切り干し大根の煮物 ほうれん草のみそ汁 パイナップル	豚肉、土生姜、玉ねぎ、キャベツ 切り干し大根、人参、薄揚げ、青ねぎ ほうれん草、豆腐 パイナップル	牛乳	★マドレーヌ
7	火	鶏肉と里芋の煮物 ちくわの磯辺揚げ かぶのすまし汁 りんご	鶏肉、里芋、人参、れんこん、しいたけ、いんげん ちくわ、青のり かぶ、かぶの葉 りんご	牛乳	野菜かりんとう
8	水	マーボー豆腐 きゅうりとささみのサッパリサラダ 中華風コーンスープ 柿	豚ひき肉、豆腐、人参、玉ねぎ、しめじ、ニラ きゅうり、鶏ささみ肉、きくらげ コーンクリーム、卵、青ねぎ 柿	牛乳	ムーンライト
9	木	肉じゃが 三色和え 白菜のみそ汁 バナナ	牛肉、人参、玉ねぎ、じゃが芋、糸こんにゃく、いんげん もやし、色板、小松菜 白菜、青ねぎ バナナ	牛乳	えび満月
10	金	栗ごはん / さばの塩焼き 海藻サラダ 玉ねぎのすまし汁 グレープフルーツ	栗、黒ごま / 塩さば、サラダ菜、トマト 海藻ミックス、レタス、サニーレタス、人参、きゅうり 玉ねぎ、みつば グレープフルーツ	牛乳	★ポテトチップス
11	土	チャーハン 大根サラダ もやしのみそ汁 オレンジ	ウインナー、人参、玉ねぎ、コーン 大根、レタス、きゅうり もやし、青ねぎ オレンジ	牛乳	塩せんべい
13	月	牛肉のしぐれ煮 かにかまとわかめの酢の物 豆腐のみそ汁 りんご	牛肉、玉ねぎ、長ねぎ、糸こんにゃく かにかまぼこ、わかめ、きゅうり、ごま 豆腐、人参、青ねぎ りんご	牛乳	★カントリー クッキー
14	火	アジフライ 青菜のごま和え ふのすまし汁 柿	アジ、サラダ菜、トマト、卵 ほうれん草、小松菜、人参、ごま ふ、みつば 柿	牛乳	★パイナップル ゼリー
15	水	【11月お誕生日会】 ふりかけごはん / ポークピカタ ブロッコリーとツナのソテー キャベツのスープ / ヤクルト	緑黄野菜ふりかけ / 豚肉、卵 ブロッコリー、シーチキン キャベツ、人参、パセリ / ヤクルト	牛乳	★スイートポテト
16	木	しょうゆラーメン えびの天ぷら ちくわときゅうりのマヨ和え みかん	中華麺、コーン、人参、焼豚、青ねぎ えび、サラダ菜 ちくわ、きゅうり、もやし みかん	牛乳	★わかめおにぎり



日曜日	曜日	給食		おやつ	
		献立名	主な材料		
17	金	鶏肉と大根のさっぱり煮 マセドアンサラダ きのこのみそ汁 バナナ	鶏肉、大根、人参、れんこん、いんげん じゃが芋、魚肉ソーセージ、きゅうり しめじ、えのき、青ねぎ バナナ	牛乳	ポンスケ
18	土	小松菜とじゃこの混ぜごはん マカロニのケチャップ炒め 大根のすまし汁 オレンジ	小松菜、ちりめんじゃこ、かつお節 マカロニ、玉ねぎ、ベーコン、ピーマン 大根、人参、みつば オレンジ	牛乳	ぼたぼた焼
20	月	さわらの西京焼き 青菜と卵のおかか和え かぼちゃのみそ汁 黄桃	さわら、サラダ菜、トマト ほうれん草、小松菜、卵、かつお節 かぼちゃ、青ねぎ 黄桃	牛乳	★みたらし団子
21	火	シュウマイの甘酢あんかけ もやしのナムル わかめの中華スープ バナナ	シュウマイ、人参、玉ねぎ、ピーマン もやし、きゅうり、ごま わかめ、青ねぎ バナナ	牛乳	★スコーン
22	水	さつま芋ごはん ぎせい豆腐 キャベツのカリカリ梅和え 色板のすまし汁 / みかん	さつま芋、黒ごま 卵、豆腐、人参、枝豆、鶏ひき肉 キャベツ、カリカリ梅、きゅうり 色板、みつば / みかん	牛乳	★コーンフレーク ヨーグルト
24	金	ビーフカレー ツナサラダ りんご	牛肉、人参、玉ねぎ、じゃが芋 シーチキン、レタス、サニーレタス、きゅうり、コーン りんご	牛乳	まがりせんべい
25	土	豚丼 きゅうりとわかめの酢の物 厚揚げのみそ汁 オレンジ	豚肉、人参、玉ねぎ、糸こんにゃく、青ねぎ きゅうり、わかめ、ごま 厚揚げ、青ねぎ オレンジ	牛乳	ハッピーターン
27	月	白身魚のバターしょうゆ焼き 豆腐サラダ ほうれん草のスープ パイナップル	たら、サラダ菜、トマト 豆腐、レタス、きゅうり、コーン ほうれん草、玉ねぎ パイナップル	牛乳	★ジャムサンド クラッカー
28	火	炒り鶏 えのき入りだし巻き卵 わかめのみそ汁 みかん	鶏肉、ちくわ、人参、れんこん、ごぼう、竹の子、しいたけ、薄揚げ、いんげん 卵、えのき、みつば わかめ、青ねぎ みかん	牛乳	★きなこ蒸しパン
29	水	いわしのかば焼き マカロニサラダ けんちん汁 バナナ	いわし、サラダ菜、トマト マカロニ、ハム、きゅうり 人参、豆腐、大根、薄揚げ、玉ねぎ、青ねぎ バナナ	牛乳	★ポテトピザ
30	木	八宝菜 春雨サラダ もやしの中華スープ りんご	豚肉、人参、白菜、ピーマン、なると、えび、いか、玉ねぎ、うずら卵 春雨、ハム、きゅうり、きくらげ、ごま もやし、青ねぎ りんご	牛乳	ベジタべる

