



11月の給食予定献立表



令和2年11月

ふじこども園

日	曜	未満児 追加食	献立	3色分類			おやつ	離乳食	エネルギー (Kcal)
				赤 (体をつくる・血や肉になる)	黄 (力や体温のもとになる)	緑 (体の調子を整える)			
1 日									
2 月	火	ごはん のり玉ふりかけ ショア	唐揚げ八宝菜 ソーセージ/ティ バナナ	とりにく ぎゅうソーセージ ぎゅうにゅうみそ	ごめ にゅうさんきんいんりょう 薄力粉 片栗粉 ごま油 さとうあぶら じゃがいも	はくさい にんじん たけのこ水煮 玉葱 ピーマン きくらげ 乾椎茸 しょうが バナナ	牛乳 蓿子	白粥 野菜煮	360
3 火	文化の日								
4 水	水	ごはん マチトマト	えびフレッター ごま和え 納豆 豆腐味噌汁 バナナ	えびフレッター かまぼこ 挽きわい納豆 とうふ 白みそ あぶらあげ	ごめ あぶら さとう じゃがいも カルビス	ミニトマト きゅうり ほうれんどう キャベツ しめじ バナナ	カルピス 蓿子	白粥 豆腐煮	234
5 木	木	ごはん のり佃煮	和風スパゲッティ ミートボール ニラたまスープ オレンジ	のり佃煮 豚ひき肉 竹輪 のりミートボール たまご すきむみるく みそ	ごめ スパゲティー あぶら さとう じゃがいも	長ねぎ 玉葱 しめじ ほうれんどう にゅうえのきだけ オレンジ	ミロミルク 蓿子	白粥 野菜煮	387
6 金	金	ごはん ゆで卵	ドライカレー マチドッグ 福音漬 バナナスープ ●誕生会●	うずらたまご 豚ひき肉 すきむみるく みそ	ごめ あぶら パナップ さとう じゃがいも	レースン 玉葱 にんじん さやいんげん ぶくしんづけ	ミルク 蓿子	白粥 野菜煮	410
7 土	土	ごはん 鮭フレーク ヤクルト	豚汁 かぼちゃコロッケ バナナ	さけ ふたにく 冷り豆腐 みそ ぎゅうにゅう	ごめ ヤクルト じゃがいも こんにゃく あぶら	にんじん キャベツ 乾椎茸 かほちゃん バナナ 玉葱	牛乳 蓿子	白粥 野菜煮	426
8 日									
9 月	火	ごはん 煮豆 ショア	けんちん汁 さんま蒲焼 バインヨーグルト	煮豆 とりにく とうふ 白みそ さんま ヨーグルト ぎゅうにゅう	ごめ にゅうさんきんいんりょう こんにゃく さとう ごま油 さとう	大根 にんじん 長ねぎ パインアップル	牛乳 蓿子	白粥 豆腐煮	358
10 火	火	ごはん 一口チーズ	豚のバラ焼き わかめときのこのサラダ コーンのスープ 布	チーズ ふたにく わかめ ハム すきむみるく たまご かつお節 あおのり えび みそ	ごめ あぶら ドレッシング さとう お好み焼き粉 じゃがいも	玉葱 ピーマン レタス にんじん ブロッコリー しめじ コーン かき キャベツ	ミルク お好み焼き	白粥 野菜煮	397
11 水	水	ごはん 味納豆	魚のてんぷら すきこんぶ五目煮 みそ汁(大根) オレンジ	挽きわり納豆 たら たまご こんぶ ふたにく あぶらあげ 竹輪 わかめ みそ	ごめ 薄力粉 あぶら こんにゃく さとう 板ひき じゃがいも	ほうれんどう かぼちゃ ミニトマト にんじん しめじ ピーマン 乾椎茸 だいこん えのきだけ オレンジ りんご	りんご	白粥 魚のマッシュ和え	433
12 木	木	ごはん たらこふりかけ	チキンクリル キャベツサラダ ワンタンスープ バナナ	たらこふりかけ とりにく ハム わかめ すきむみるく みそ	ごめ マヨネース さとう じゃがいも	キャベツ にんじん きゅうり えのきだけ バナナ 玉葱	ミロミルク 蓿子	白粥 野菜煮	269
13 金	金	ごはん 醤油昆布	焼きうどん ミニオムレツ みそ汁(なめこ) キウイ	ふたにく かつお節 ミニオムレツ とうふ 白みそ すきむみるく	ごめ うどん さとう あぶら	玉葱 にんじん もやし 長ねぎ しめじ ほうれんどう なめこ キウイ	ミルク 蓿子	白粥 豆腐煮	340
14 土	土	ごはん 炒り卵 ヤクルト	肉だんごスープ煮 春巻き バナナ	たまご 鶏挽肉 とうふ ぎゅうにゅう みそ	ごめ さとう ヤクルト 片栗粉 はるさめ パンこ あぶら じゃがいも	しょうが しいたけ にんじん しめじ はくさい 長ねぎ バナナ 玉葱	牛乳 蓿子	白粥 野菜煮	423
15 日	日	七五三							
16 月	火	ごはん おかかふりかけ ショア	きいたんぽ汁 ミートコロッケ フルーツカルピス	おかかふりかけ とりにく 杏仁豆腐 ぎゅうにゅう みそ	ごめ にゅうさんきんいんりょう きいたんぽ さとう あぶら カルビス じゃがいも	にんじん ささがきごぼう 長ねぎ 乾椎茸 まいたけ はくさい バナナ もも なつみかん 玉葱	牛乳 蓿子	白粥 野菜煮	346
17 火	火	ごはん のり佃煮	豚肉のピカタ ●グッキング● ピーフン炒め もやしのスープ オレンジ	のり佃煮 豚肉 たまご ベーコン 豚ひき肉 わかめ すきむみるく 紅鮭 みそ	ごめ 薄力粉 あぶら ピーフン ごま油 さとう ケーキ	玉葱 にんじん ピーマン もやし えのきだけ オレンジ りんご はくさい ほうれんどう	ミルク りんごパイ	白粥 魚マッシュ	462
18 水	水	ごはん ミックス納豆	一口かつ 炒り豆腐 みそ汁(じゃが芋) バナナ	挽きわり納豆 チーズ 豚肉 たまご 豚ひき肉 とうふ ひじき あぶらあげ みそ	ごめ 薄力粉 パンこ あぶら じゃがいも さとう カルビス	パセリ にんじん 玉葱 さやいんげん ぱん バナナ	カルピス 蓿子	白粥 野菜煮	520
19 木	木	ごはん 鮭フレーク	塩ラーメン さとうざ りんご	さけ うずらたまご ふたにく なると わかめ こんぶ ぎょうざ すきむみるく みそ	ごめ 生中華めん さとう じゃがいも	ほうれんどう しなちく 乾椎茸 長ねぎ もやし 玉葱 りんご	ミロミルク 蓿子	白粥 野菜煮	433
20 金	金	ひじきごはん	豆腐ハンバーグ サラダスパサラダ 白菜スープ 布	あぶらあげ ひじき 竹輪 とうふ たまご 豚ひき肉 まぐろ ベーコン すきむみるく	さとう ごめ あぶら パンこ サラダスパ ドレッシング	にんじん 乾椎茸 玉葱 レタス はくさい しめじ かき	ミルク 蓿子	白粥 豆腐煮	455
21 土	土	ごはん 一口チーズ ヤクルト	肉じゃが汁 ハンバーグ オレンジ	チーズ ふたにく やきとうふ ハンバーグ ぎゅうにゅう	ごめ ヤクルト じゃがいも こんにゃく さとう	にんじん しいたけ 玉葱 乾椎茸	牛乳 蓿子	白粥 マッシュ和え	383
22 日									
23 月	勤労感謝の日								
24 火	火	ごはん 煮豆	三色丼 かぼちゃ甘煮 豆腐の味噌汁 バナナ	煮豆 豚ひき肉 たまご とうふ わかめ 白みそ あぶらあげ すきむみるく みそ	ごめ さとう バター さつまいも じゃがいも	乾椎茸 さやいんげん にんじん かぼちゃ 長ねぎ えのきだけ バナナ 玉葱	ミルク ふかし芋	白粥 野菜煮	426
25 水	水	ごはん 健骨納豆	11月25日は 先生ありがとうの日 ハムチーズフライ 大根サラダ 卵スープ オレンジ	挽きわり納豆 しらす干し おかか ふりかけ ハム スライスチーズ たまご みそ	ごめ じゃがいも 薄力粉 パンこ あぶら さとう ドレッシング	ミニトマト たいこにん レタス チンゲンサイ えのきだけ 玉葱 オレンジ りんご	りんご	白粥 野菜煮	391
26 木	木	ごはん ゆで卵	グラタン パンパンジー [※] わかめスープ 布	うずらたまご とりにく ぎゅうにゅう ピザ用チーズ わかめ すきむみるく みそ	ごめ マカロニ あぶら バター マヨネース さとう じゃがいも	にんじん 玉葱 きゅうり レタス 長ねぎ しめじ かき	ミロミルク 蓿子	白粥 野菜煮	400
27 金	金	ごはん すきやきふりかけ	カレー南蛮 しゃうまい りんご	すきやきふりかけ わかめ 板かまぼこ うずらたまご 焼き豚 しゃうまい すきむみるく みそ	ごめ うどん 片栗粉 さとう あぶら じゃがいも	玉葱 もやし コーン ほうれんどう 長ねぎ りんご	ミルク 蓿子	白粥 野菜煮	409
28 土	土	ごはん 一口チーズ ヤクルト	ふた丼 野菜コロッケ バナナ	チーズ ふたにく やきとうふ ぎゅうにゅう みそ	ごめ ヤクルト こんにゃく さとう コロッケ あぶら じゃがいも	しいたけ ピーマン キャベツ 玉葱 たけのこ水煮 バナナ	牛乳 蓿子	白粥 野菜煮	355
29 日									
30 月	月	ごはん マーボー豆腐 ちくわチーズ焼き じゃこピーマン バナナ	マーボー豆腐 ちくわチーズ焼き じゃこピーマン バナナ	とうふ 豚ひき肉 竹輪 チーズ しらす干し ぎゅうにゅう	ごめ にゅうさんきんいんりょう ごま油 あぶら 片栗粉 さとう	ミニトマト にんじん ピーマン たけのこ しょうが 乾椎茸 長ねぎ きゅうり バナナ	牛乳 蓿子	白粥 豆腐煮	392

給食MEMO ■印の日はスプーンを持たせて下さい。□印の日はめん類ですのでご飯を少なめに持たせて下さい。