



11月の給食予定献立表



令和3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)
				あか (体をつくる・血や肉になる)	黄 (力や体温のもとになる)	みどり (体の調子を整える)			
1	月	ごはん しゅうまい ショア	五目中華丼 かぼちゃコロッケ パナ	しゃうまい とりにく いか えび ぎゅうにゅう みそ	こめ あぶら ゆうさんきんいん りょう ごま油 片栗粉 さとう じゃかいも	きくらげ たけのこ はくさい 乾 椎茸 玉葱 にんじん ピーマン かぼちゃ パナ	牛乳 菓子	白粥 野菜煮	433
2	火	ごはん 鮭フレーク	納豆はんぺん 春雨サラダ みそ汁(なめこ) オレンジ	さけ はんぺん 挽きわい納豆 た まご ハム とうふ 白みそ ぎゅ うにゅう みそ	こめ さつまいも 薄力粉 パンこ あぶら はるさめ ごま さとう ごま油 レッシング カルビス ホットケーキミックス じゃかいも	パセリ ミニトマト きゅうり にん じん なめこ オレンジ 玉葱	カルビス ホットケーキ	白粥 野菜煮	533
3	水	文化の日							
4	木	ごはん 一口チーズ	ナポリタン ●七五三お祝い● ソーセージフライ キャベツと卵のスープ りんご	チーズ 豚ひき肉 ハム きみにく ソーセージ たまご ベーコン す きむみるく みそ	こめ スパゲティー あぶら 薄力 粉 パンこ さとう じゃかいも	玉葱 ピーマン にんじん マッシュルーム キャベツ りんご	ミロミルク 菓子	白粥 野菜煮	513
5	金	ごはん ゆで卵	ドライカレー ●誕生日● チーズドッグ 福音漬 パナップ	うずらたまご 豚ひき肉 すきむ みるく	こめ あぶら パナップ さとう じゃかいも	レースン 玉葱 にんじん さやい んげん ふくしんづけ	ミルク 菓子	白粥 マッシュ和え	384
6	土	ごはん 煮豆 ヤクルト	牛丼 ●自由参観(年長)・ 春巻き 人形劇鑑賞会● つぼ漬け パナ	煮豆 ぎゅうにく やきとうふ ぎゅ うにゅう みそ	こめ ヤクルト こんにゃく さとう あぶら じゃかいも	玉葱 乾椎茸 たけのこ水煮 た くあん パナ	牛乳 菓子	白粥 野菜煮	412
7	日								
8	月	ごはん 醤油昆布 ジョア	豚汁 野菜コロッケ フルーツヨーグルト	ふたにく 凍り豆腐 みそ ヨーグ ルト ぎゅうにゅう	こめ にゅうさんきんいんりょう じゃかいも こんにゃく あぶら コ ロッケ	にんじん キャベツ 乾椎茸 パナ もも なつみかん キウイ 玉葱	牛乳 菓子	白粥 マッシュ和え	439
9	火	ごはん 一口 チーズ	さけの塩焼き ●クッキング● ピーフン炒め みそ汁(厚揚げ) オレンジ	チーズ 紅鮭 ベーコン 豚ひき肉 なまあげ わかめ みそ すきむみ るく	こめ ピーフン ごま油 あぶら さとう	玉葱 にんじん ピーマン だいこん オレンジ はくさい ほうれん そう	ミルク クッキー りんごジュース 玉葱	白粥 魚マッシュ	352
10	水	ごはん 味道楽ふりかけ	ミックスフライ ●体操披露会● キャベツサラダ もやしのスープ パナ	味道楽ふりかけ たまご 豚肉 た ら ハム ベーコン みそ	こめ 薄力粉 パンこ あぶら フ ライドポテト マヨネース さとう じゃかいも	ミニトマト キャベツ にんじん きゅうり もやし えのきだけ パナ りんごジュース 玉葱	りんごジュース 菓子	白粥 野菜煮	366
11	木	ごはん のり佃煮	カレー南蛮 ちくわ天 柿	のり佃煮 わかめ 板かまぼこ う ずらたまご 焼き豚 竹輪 すき むみるく みそ	こめ うどん 片栗粉 さとう 天 ぷら粉 あぶら じゃかいも	玉葱 もやし コーン ほうれんそ う 長ねぎ カキ	ミロミルク 菓子	白粥 野菜煮	485
12	金	ごはん ズチトマト	豚のバラ焼き ボテトサラダ 野菜スープ オレンジ	ふたにく ハム すきむみるく	こめ あぶら じゃかいも マヨ ネース さとう	ミニトマト 玉葱 ピーマン きゅう り にんじん キャベツ オレンジ	ミルク 菓子	白粥 マッシュ和え	317
13	土	ごはん ゆで卵 ヤクルト	ハヤシライス 福音漬 パナ	うずらたまご 合挽き肉 ぎゅう にゅう みそ	こめ ヤクルト じゃかいも	玉葱 にんじん ふくしんづけ パ ナ	牛乳 菓子	白粥 野菜煮	352
14	日								
15	月	ごはん ゆで卵 ジョア	肉じゃが汁 しゅうまい じゃこピーマン パナ	うずらたまご ふたにく やきとう ふ しゅうまい しらず干し ぎゅう にゅう	こめ にゅうさんきんいんりょう じゃかいも こんにゃく さとう あ ぶら ごま油	にんじん しいたけ 玉葱 乾椎茸 牛乳 菓子	白粥 マッシュ和え	450	
16	火	ごはん 煮豆	三色丼 ミートコロッケ みそ汁(お麸とわかめ) りんご	煮豆 豚ひき肉 たまご わかめ みそ すきむみるく かつお節 あ おのり えび	こめ さとう パター あぶら た まご麺 お好み焼き粉 じゃかい も	乾椎茸 さやいんげん にんじん 長ねぎ りんご キャベツ 玉葱	ミルク お好み焼き	白粥 野菜煮	454
17	水	ごはん すきやきふりかけ ●避難訓練・ALT●	さばの立田揚げ ほうれん草おかか和え 豆腐の味噌汁 オレンジ	すきやきふりかけ さば かつお節 とうふ わかめ 白みそ あぶらあ げ	こめ 片栗粉 さとう あぶら さ つきいも カルビス	しょうが ミニトマト ほうれんそう にんじん はくさい えのきだけ(味付け瓶詰め) 長ね ぎ めじ オレンジ	カルビス 菓子	白粥 豆腐煮	364
18	木	若菜ごはん	塩ラーメン ぎゅうざ パナ	うずらたまご ふたにく なると わかめ こんぶ ぎゅうざ すきむ みるく みそ	生中華めん さとう こめ じゃか いも	ほうれんどう しならく 乾椎茸 長ねぎ もやし 玉葱 パナ	ミロミルク 菓子	白粥 野菜煮	429
19	金	ごはん ミックス納豆	若鶏唐揚 南瓜のとぼろ煮 みそ汁(油揚げ) パイン	挽きわい納豆 チーズ とりにく 鶏挽肉 あぶらあげ わかめ とう ふ 白みそ すきむみるく みそ	こめ 片栗粉 あぶら 薄力粉 さ とう じゃかいも	パセリ しょうが ミニトマト キ ャベツ かぼちゃ だいこん しめじ パインアップル 玉葱	ミルク 菓子	白粥 野菜煮	478
20	土	ごはん 一口チーズ ヤクルト	親子丼 ウインナー べったら漬け オレンジ	チーズ 板かまぼこ たまご とり にく ポークウインナー ぎゅうにゅ う みそ	こめ ヤクルト こんにゃく さとう じゃかいも	玉葱 にんじん ピーマン 乾椎茸 べったら漬け オレンジ	牛乳 菓子	白粥 野菜煮	348
21	日								
22	月	ごはん おかかふりかけ ジョア	マーボー豆腐 ミニオムレツ パナ	おかかふりかけ とうふ 豚ひき肉 ミニオムレツ ぎゅうにゅう	こめ にゅうさんきんいんりょう ごま油 さとう あぶら 片栗粉	にんじん ピーマン 玉葱 マッシュルーム しょうが 乾椎茸 パナ	牛乳 菓子	白粥 豆腐煮	348
23	火	勤労感謝の日							
24	水	ごはん ズチトマト	海老フライ わかめサラダ コーンのスープ オレンジ	えび わかめ ハム みそ	こめ あぶら レッシング さとう じゃかいも	ミニトマト レタス にんじん クリーン アスパラガス きゅうり 玉葱 しめじ コーン オレンジ りんごジュース	りんごジュース 菓子	白粥 野菜煮	209
25	木	ごはん 鮭フレーク	焼きうどん ミートボール ニラたまスープ 柿	さけ ふたにく かつお節 ミート ボール たまご すきむみるく み そ	こめ うどん さとう じゃかいも	玉葱 にんじん もやし 長ねぎ しめじ ほうれんどう にら えの きだけ かき	ミロミルク 菓子	白粥 野菜煮	312
26	金	ごはん のり佃煮	モーカの蒲焼 野菜炒め みそ汁(大根) パナ	のり佃煮 ふたにく わかめ あぶ らあげ みそ すきむみるく	こめ 薄力粉 さとう あぶら こ んにゃく ごま油 板ひき じゃかい も	しょうが キャベツ もやし にんじ ん きくらげ ピーマン しめじ だいこん パナ 玉葱	ミルク 菓子	白粥 野菜煮	332
27	土	ごはん ゆで卵 ヤクルト	クリームシチュー ハンバーグ パリ子漬け オレンジ	うずらたまご 鶏挽肉 シチュー ぎゅうにゅう ハンバーグ	こめ ヤクルト じゃかいも あぶ ら	玉葱 にんじん フロッコリー コー ン ぱりっこ漬け オレンジ	牛乳 菓子	白粥 マッシュ和え	398
28	日								
29	月	ごはん のり玉ふりかけ ジョア	さつま汁 ちくわチーズ焼き パナ	みそ やきとうふ さつまあげ と りにく 竹輪 チーズ ぎゅうにゅう	こめ にゅうさんきんいんりょう さつまいも あぶら こんにゃく さ とう	にんじん だいこん 乾椎茸 きゅ うり パナ 大根	牛乳 菓子	白粥 さつま芋マッシュ	377
30	火	ごはん 鮭フレーク	チーズハンバーグ ジャーマンポテト わかめスープ オレンジ	さけ ぎゅうにゅう とうふ たまご 豚 ひき肉 ピザ用チーズ ウインナー わ かめ すきむみるく きなこ	こめ あぶら パンこ じゃかいも さとう マカロニ	玉葱 にんじん コーン 長ねぎ しめじ オレンジ	ミルク マカロニきな粉	白粥 マッシュ和え	444

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。