

11月給食献立表(幼児食)

令和6年10月31日 めぐみ保育園



曜日	月	火	水	木	金	土
日付					1日	2日
昼食	みどりの栄養 野菜・果物・海藻・きのこ類を使ったビタミンを多く含む料理です。根菜の煮物・和え物・サラダなど		あかの栄養 肉・魚・豆・卵などを使った、血や肉となるたんぱく質を多く含む料理です。魚のムニエル・オムレツなど		焼肉丼 レタスと海苔のナムル スティック大根 スープ フルーツ	厨房機器のメンテナンスのためお弁当の持参をお願いします。
午後のおやつ	きいろの栄養 ごはん・めん類・パン類・いも類など、エネルギー源となる主食です。ごはん・パン・パスタなど。		しろの栄養 かつお節や昆布など、うま味成分のだしを使った料理で、子どもの味覚を育てます。みそ汁・野菜スープなど。		あんまん 牛乳	
食材					米・ピーマン・玉葱・豚肉・ツナ・水菜・人参・のり・レタス・大根・小松菜	

☆誕生会☆

日付	4日	5日	6日	7日	8日	9日
昼食	振替休日	ごはん 鱈のコーンマヨ焼き トマトとじゃこのボン酢和え すまし汁 フルーツ	わかめうどん もち米蒸し肉団子 スティックきゅうり ヨーグルト	二色丼セレクト バタ味噌肉じゃが ピーマンのきんぴら みそ汁 ゼリーセレクト	エピサンドウィッチ ボークビーンズ のり塩ポテト スープ フルーツ	焼きそば ジャーマンポテト スープ フルーツ
午後のおやつ		まめパン 牛乳	お菓子 牛乳	お菓子バイキング 牛乳	かにかまチーズおにぎり 麦茶	お菓子 牛乳
食材		米・コーン・鱈・トマト・しらす・小葱・もやし	うどん・わかめ・鶏肉・玉葱・揚げ玉・もち米蒸し団子(冷凍)・きゅうり	米・鶏肉・鮭・枝豆・コーン・ふりかけ・じゃが芋・玉葱・豚肉・ピーマン・パプリカ・白菜	食パン・コーン・きゅうり・レタス・エビ・豚肉・玉葱・枝豆・大豆・じゃが芋・小松菜	中華麺・豚肉・玉葱・キャベツ・人参・もやし・じゃが芋・ベーコン・玉葱

☆給食参観☆

☆給食参観☆

日付	11日	12日	13日	14日	15日	16日
昼食	ごはん 鮭の塩焼き 即席漬け みそ汁 ゼリー	ごはん 鶏肉の照り焼き ごまあえ みそ汁 フルーツ	ごはん 豚肉の梅味噌焼き ひじき煮 すまし汁 フルーツ	ちゃんぽんうどん ウインナー 南瓜とさつま芋のサラダ ヨーグルト	ハヤシライス 根菜のサラダ スープ フルーツポンチ	和風スパゲッティ わかめとしらすの カリカリサラダ スープ フルーツ
午後のおやつ	お菓子 牛乳	レモンシュガートースト 牛乳	ちんすこう 牛乳	お菓子 牛乳	レアチーズケーキ 麦茶	お菓子 牛乳
食材	米・鮭・人参・キャベツ・かぶ・大根	米・鶏肉・もやし・人参・いんげん・わかめ・えのき・ごま	米・豚肉・梅・油揚げ・ひじき・大豆・白滝・人参・葱・葱	うどん・かまぼこ・干しいたけ・人参・もやし・キャベツ・豚肉・ウインナー・南瓜・さつま芋・ベーコン・玉葱	米・グリーンピース・玉葱・人参・じゃが芋・豚肉・ツナ・コーン・蓮根・ごぼう・白菜	パスタ・ベーコン・玉葱・椎茸・舞茸・海苔・コーン・油揚げ・しらす・トマト・わかめ・かぶ

日付	18日	19日	20日	21日	22日	23日
昼食	カニクリームトースト さつま芋の塩バター和え キャベツのサラダ スープ ゼリー	ごはん カレイの煮付け なめたけ和え みそ汁 フルーツ	みそラーメン 春巻 白菜とコーンのごまサラダ フルーツ	ごはん ミートボール酢豚風 レタス棒棒鶏 みそ汁 フルーツ	麻婆丼 春雨サラダ スープ ヨーグルト	勤労感謝の日
午後のおやつ	しらす昆布おにぎり 麦茶	抹茶プリン 麦茶	フルーチェ 麦茶	お菓子 牛乳	焼きいも 牛乳	
食材	食パン・チーズ・かにかま・さつま芋・ハム・コーン・きゅうり・キャベツ・ほうれん草・玉葱	米・カレイ・なめたけ・ほうれん草・人参・白菜・えのき・青梗菜	中華麺・コーン・もやし・玉葱・豚肉・春巻(冷凍)・白菜・人参	米・ミートボール(冷凍)・ピーマン・人参・玉葱・ささみ・レタス・きゅうり・葱・なめこ	米・葱・椎茸・葱・人参・玉葱・豚肉・ハム・コーン・春雨・きゅうり・青梗菜	

日付	25日	26日	27日	28日	29日	30日
昼食	ごはん 豚肉のしぐれ煮 納豆和え みそ汁 ゼリー	ごはん 筑前煮 まめみそ すまし汁 フルーツ	ごはん 鮭の塩焼き 青梗菜のコーン和え みそ汁 ヨーグルト	鮭とほうれん草の クリームパスタ フロッコリーサラダ スープ フルーツ	えびピラフ マカロニサラダ トマト コーンスープ フルーツ	なめこうどん ナムル フルーツ
午後のおやつ	きなことあんこの蒸しパン 牛乳	しっとりチョコ 牛乳	お菓子 牛乳	わかめおにぎり 麦茶	メープルクッキー 牛乳	
食材	米・白滝・ごぼう・豚肉・納豆・キャベツ・ほうれん草・人参・にら・えのき	米・大根・葱・人参・蓮根・鶏肉・干し椎茸・いんげん・ごぼう・大豆・もやし	米・鮭・青梗菜・コーン・人参・白菜	パスタ・ほうれん草・鮭・玉葱・ハム・コーン・パプリカ・フロッコリー・大根	米・エビ・人参・玉葱・グリーンピース・マカロニ・コーン・ハム・きゅうり・トマト	

