



11月 幼児用給食献立表



羽村まつの木保育園

2023年

日	曜日	給食	おやつ
1	水	ごはん、豚の生姜焼き、切り干し大根の煮物、ほうれん草のかにかま和え、わかめの味噌汁、オレンジ	牛乳、たこ焼き風あげじゃが
2	木	ゆかりごはん、かじきの竜田揚げ、人参のシリシリ、ブロッコリーの味噌マヨ和え、土瓶蒸し風おすまし、バナナ	麦茶、たらこスパゲティー
3	金	文化の日	
4	土	豚丼、コーンサラダ、竹輪の清汁、フルーツ	麦茶、ジャムパン
5	日		
6	月	わかめごはん、鮭の味噌焼、れんこんの金平、たくわんのマヨ和え、ほうれん草の味噌汁、柿	牛乳、サモサ
7	火	肉うどん、ちくわの磯辺揚げ、わかめとえのきの酢の物、りんご	麦茶、さつまいもの茶巾
8	水	ごはん、つくねの照り焼き、カレー肉じゃが、かぶと梅のおかか和え、茄子の味噌汁、オレンジ	麦茶、クロックムッシュ
9	木	きのこ炊き込みごはん、鯖の香味焼、大根のそぼろあんかけ、キャベツのゴマ和え、玉葱の味噌汁、みかん	牛乳、マドレーヌ
10	金	食パン(イチゴジャム付き)、ポークピカタ、人参グラッセ、ハムのサラダ、冬野菜のミネストローネ、バナナ	牛乳、リンゴの包み揚げ
11	土	麻婆丼、マセドアンサラダ、大根スープ、フルーツ	麦茶、麩ラスク
12	日		
13	月	ごはん、鯖の旨煮、ごぼうの唐揚げ、ささみサラダ、白菜の味噌汁、りんご	牛乳、人参ケーキ
14	火	ちゃんぽん麺、真珠蒸し、華風きゅうり、バナナ	麦茶、たぬきおにぎり
15	水	七五三(赤飯、かしわの天ぷら、れんこんの金平、がんもの煮物、きゅうりの塩漬け、お麩入り清汁、みかん)	牛乳、フラワーカップ
16	木	ごはん、チンジャオロース、かぼちゃのいとこ煮、キャベツのナムル、卵スープ、柿	牛乳、オートミルクッキー
17	金	ロールパン、鮭フライ、かぶとベーコンのソテー、スパゲティーサラダ、野菜スープ、バナナ	麦茶、五平餅
18	土	焼きそば、ツナサラダ、さつま芋の甘煮、カニカマ入りスープ、フルーツ	麦茶、むしパン
19	日		
20	月	鶏味噌スパゲティー、きのこの炒め物、ぽりぽり小魚、チーズ、もずく汁、みかん	牛乳、大学芋
21	火	ご当地グルメ山形県(ごはん、マグロの味噌がらめ、ほうれん草と油揚げの和え物、トマト、芋汁、柿)	リンゴジュース、どんどん焼
22	水	レーズンパン、鶏肉のパン粉焼、かぼちゃマッシュ、キャベツサラダ、もやしスープ、バナナ	牛乳、カステララスク
23	木	勤労感謝の日	
24	金	ごはん、鯖の照り焼き、ひじきの煮物、白菜のおかか和え、豚汁、みかん	麦茶、サクサクバー
25	土	ハッシュドポーク、コロコロサラダ、豆腐スープ、フルーツ	麦茶、ゼリー、お菓子
26	日		
27	月	ごはん、鮭の変わり焼、金平ごぼう、さつまいものレモン煮、厚揚げの味噌汁、みかん	麦茶、プチアメリカンドック
28	火	誕生日会(味噌ラーメン、チキンの塩焼、大根サラダ、トマトの甘酢和え、柿)	麦茶、きな粉餅
29	水	黒糖ロール、唐揚げ、どんぐりウィンナー、マカロニサラダ、春雨スープ、みかん	麦茶、お楽しみスイートポテト
30	木	カレーライス、スクランブルエッグ、リンゴサラダ、ブロッコリーの和え物、もやしスープ、バナナ	麦茶、メープルケーキ

今月の平均 **3~5歳児** エネルギー **586kcal** たんぱく質 **23.6g**
 脂質 **19.8g** 塩分 **2.0g**

★ 仕入の都合により献立を変更することがありますのでご了承ください。

