

# 令和4年11月献立表

日にち	1	2	3	4	5	
曜日	火	水	木	金	土	
	<b>チャレンジ!</b>		<b>おにぎりの日: 幼児</b>		<b>チャレンジ!</b>	
給食	からまつラーメン 揚げ餃子(ピーマン入り) サラダ菜 トマト カルピス寒天	じゃこおにぎり 鶏の唐揚げ ブロッコリー くるくるハムチーズ からまつ芋煮 みかん	<b>文化の日</b>		胚芽米 たくあん ピーマンときのこの肉炒め れんこんのシャキシャキサラダ わかめの味噌汁 カラフルポンチ	
おやつ	フランクフルト 麦茶	ドーナツ 麦茶			焼きプリン 麦茶	ナポリタン ちくわサラダ ほうれん草のスープ オレンジ寒天
エネルギー	乳児 473 幼児 605	乳児 434 幼児 602		乳児 513 幼児 593	乳児 477 幼児 572	
延長食	ジャムサンド	汁そば		菜飯おにぎり	クッキー	
日にち	7	8	9	10	11	
曜日	月	火	水	木	金	
	<b>立冬メニュー</b>		<b>おにぎりの日: 乳児</b>		<b>チャレンジ!</b>	
給食	五目炊き込みごはん 魚のあずま煮 かにかまと青菜の三色和え 吹雪汁 りんご	ふりかけごはん 鶏肉のマヨ焼き 土佐漬け 白味噌の秋野菜汁 フルーツポンチ	菜飯おにぎり 鮭の照り焼き 厚焼き玉子 ブロッコリー 幼児: のっぺい汁 ヨーグルト	からまつバーガー(ピーマン入り) フライドポテト にんじんとブロッコリーのソテー ABCスープ アップルゼリー	胚芽米 肉じゃが 小松菜とじゃこのお浸し 豆腐の味噌汁 みかん	
おやつ	かぼちゃのしっとりケーキ 麦茶	焼きいも 麦茶	きのこたっぷりクリームパスタ 麦茶	ごぼうと油揚げのひつつみ 麦茶	お楽しみパン 麦茶	
エネルギー	乳児 491 幼児 586	乳児 452 幼児 530	乳児 519 幼児 595	乳児 472 幼児 586	乳児 433 幼児 533	
延長食	おせんべい	ジャムクラッカーサンド	じゃがいももち	ゆかりおにぎり	ヨーグルト	
日にち	14	15	16	17	18	
曜日	月	火	水	木	金	
	<b>七五三お祝いメニュー</b>					
給食	中華丼 ツナサラダ ごぼうと長ねぎの中華汁 グレープ寒天	お赤飯 鮭の幽庵焼き 栗入り茶碗蒸し ほうれん草のごま和え 紅白はんぺんのすまし汁 りんごのうさぎさん	パニーニ 鶏肉のフリッター イタリアンサラダ さつまいも入りミネストローネ ヨーグルト	栗ごはん 秋のコロコロコロッケ にんじンドレッシングのサラダ たまねぎの味噌汁 オレンジ寒天	<b>からまつ秋フェス</b>	
おやつ	タルトタタン 麦茶	お祝いまんじゅう 麦茶	汁そば 麦茶	アップルパイ 麦茶		肉南うどん 厚揚げの煮物 アップル寒天
エネルギー	乳児 456 幼児 603	乳児 429 幼児 520	乳児 517 幼児 578	乳児 455 幼児 591	乳児 520 幼児 610	
延長食	菜飯おにぎり	ヨーグルト	きなこマカロニ	ジャムクラッカーサンド	おせんべい	
日にち	21	22	23	24	25	
曜日	月	火	水	木	金	
				<b>お誕生会</b>	<b>チャレンジ!</b>	
給食	スパゲティミートソース ブロッコリーサラダ ミルクたっぷり ほうれん草とかぶのスープ みかん	胚芽米 納豆 さばの塩焼き 糸昆布とにんじんのきんぴら 白菜の味噌汁 フルーツポンチ	<b>勤労感謝の日</b>		けんちんうどん ほうれん草のお浸し グレープ寒天	
おやつ	おでん 麦茶	フライドポテト 麦茶		豆乳くずもち 麦茶	マロンマフィン 麦茶	
エネルギー	乳児 430 幼児 537	乳児 493 幼児 547		乳児 500 幼児 635	乳児 490 幼児 617	
延長食	ジャムサンド	ゆかりおにぎり		クッキー	汁そば	
日にち	28	29	30	<div data-bbox="1004 2030 1854 2497" style="border: 2px solid blue; border-radius: 20px; padding: 10px;"> <h2 style="text-align: center;">11月の旬食材</h2> <p><b>野菜:</b> ほうれん草、チンゲン菜、レタス、ブロッコリー、かぶ、れんこん、さつまいも、にんじん、白菜</p> <p><b>果物:</b> みかん、りんご、柿</p> <p><b>魚介類:</b> さば、さわら、鮭</p>  </div>		
曜日	月	火	水			
	<b>チャレンジ!</b>		<b>八王子産米を</b>			
給食	カレーライス(ピーマン入り) 玉子サラダ チンゲン菜のスープ ヨーグルト	八王子産米の白いごはんおにぎり 鶏と秋野菜のうま煮 切り干し大根サラダ えのきの味噌汁 りんご	ロールパン さつまいもと秋野菜のマヨグラタン ほうれん草とコーンのバターソテー オニオンスープ みかん入りミルク寒天			
おやつ	にゅう麺 麦茶	ソーセージフリッター 麦茶	玉子雑炊 麦茶			
エネルギー	乳児 457 幼児 550	乳児 509 幼児 551	乳児 446 幼児 528			
延長食	クッキー	ヨーグルト	チーズサンド			