

令和6年11月献立表

からまつ保育園

| 日にち | からまつ保育園 A.R.E Action! Respect! Enjoy! 今月のチャレンジ食材は「ごぼう」です! | | | | | | 1 | 2 |
|-------|--|--|--|--|---|--|---------------|-----------------|
| 曜日 | 11月の旬食材 | | | | | | 金 | 土 |
| 給食 | 野菜：ほうれん草、チンゲン菜、レタス、 ブロッコリー、れんこん、白菜、 さつまいも、にんじん、かぶ | | | | | | にんじん | ビスケット |
| おやつ | 果物：みかん、りんご、柿 | | | | | | ビビンバ | ナポリタン |
| エネルギー | 魚介類：さば、鮭、さわら | | | | | | 春雨サラダ | グreekサラダ |
| 延長食 | | | | | | | くずし豆腐のスープ | かぼちゃとコーンのミルクスープ |
| 日にち | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | | |
| 曜日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | | |
| 朝おやつ | | きゅうり | にんじん | 食パン | きゅうり | おせんべい | | |
| 給食 | 振替休日 | 鮭ときのこのクリームパスタ ツナマヨごぼうサラダ かぶのスープ オレンジ寒天 | ふりかけおにぎり 鶏つくね にんじんグラッセ ブロッコリーとコーンの炒め物 0,1歳児：ヨーグルト 2歳児, 幼児：豆腐の味噌汁 ヨーグルト | 大根菜飯 さば味噌煮 ほうれん草とにんじんのごま和え 吹雪汁 みかん | バターロール ポークビーンズ カリカリしらすのサラダ ベーコンと野菜のスープ 乳児：アップル寒天、幼児：柿 | あんかけ焼きそば ささみとわかめの和え物 中華風かき玉汁 カルピス寒天 | | |
| おやつ | | アップルスイートポテト ミルク | からまつあげあげパン ミルク | 豆乳プリン 柚子ソース ミルク | にゅう麺 麦茶 | ホットケーキ 麦茶 | | |
| エネルギー | | 乳児 430 幼児 543 | 乳児 424 幼児 592 | 乳児 421 幼児 539 | 乳児 432 幼児 547 | 乳児 422 幼児 527 | | |
| 延長食 | | ヨーグルト | じゃがいももち | マカロニきなこ | ジャムクラッカーサンド | クッキー | | |
| 日にち | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | | |
| 曜日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | | |
| 朝おやつ | きゅうり | にんじん | おせんべい | きゅうり | にんじん | ビスケット | | |
| 給食 | チキンカレー 秋の味覚たっぷりサラダ ほうれん草のスープ フルーツ寒天 | ツナと玉子のオーロラサンド コロネーションサラダ スコッチブロス アップル克蘭ブル | わかめおにぎり 乳児：えびカツ、幼児：えびフライ 厚焼き玉子 2歳児：みかん 0,1歳児、幼児：白菜の味噌汁 みかん | からまつラーメン いんげん入り甘辛ごぼう グレープ寒天 | 栗入りお赤飯 鮭の甘味噌焼き あんかけ茶碗蒸し 豆腐とあられのすまし汁 紅白寒天 | かき玉肉うどん かぼちゃと厚揚げのそぼろ煮 ヨーグルト | | |
| おやつ | さつま蒸しようかん ミルク | ジャムスコーン ミルクティー | じゃがいものガレット ミルク | プチピザ オレンジ豆乳 | 手作り七五三饅頭 麦茶 | デコレーションプリン クッキー 麦茶 | | |
| エネルギー | 乳児 440 幼児 552 | 乳児 487 幼児 600 | 乳児 402 幼児 543 | 乳児 418 幼児 565 | 乳児 422 幼児 534 | 乳児 426 幼児 553 | | |
| 延長食 | チーズクラッカーサンド | お麩ラスク | マカロニきなこ | じゃがいももち | ヨーグルト | おせんべい | | |
| 日にち | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | | |
| 曜日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | | |
| 朝おやつ | きゅうり | 食パン | にんじん | きゅうり | お菓子 | | | |
| 給食 | ごろごろ野菜のスパゲティミートソース シーザーサラダ パリースープ フルーツポンチ | ご飯 さわらの照り焼き ふろふき大根 お揚げと菜っ葉の炊いたん 根菜の白味噌汁 抹茶豆乳寒天 | ゆかりおにぎり 鶏の唐揚げ ほうれん草とベーコンのソテー 乳児, 3歳児：キャベツの味噌汁 みかん 4, 5歳児：みかん | マーボーライス 大根とツナのサラダ わかめスープ ヨーグルト | からまつ秋フェス | | 勤労感謝の日 | |
| おやつ | ごぼうチップス ミルク | ねぎ焼き 大阪 麦茶 | アイスクリーム 麦茶 | サモサ ミルク | フルーツコーンフレーク 麦茶 | | | |
| エネルギー | 乳児 451 幼児 583 | 乳児 426 幼児 547 | 乳児 413 幼児 575 | 乳児 403 幼児 512 | 乳児 450 幼児 600 | | | |
| 延長食 | じゃがいももち | ヨーグルト | ジャムクラッカーサンド | マカロニきなこ | お麩ラスク | | | |
| 日にち | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | | |
| 曜日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | | |
| 朝おやつ | きゅうり | にんじん | ビスケット | おせんべい | にんじん | クッキー | | |
| 給食 | 八王子産の真っ白ごはん ごぼう入りからまつ炒り鶏 チンゲン菜とわかめの和え物 麩の味噌汁 みかん | からまつバーガー フライドポテト コーンクリームスープ グレープ寒天 | ピラフ お楽しみコロケ ブロッコリーサラダ ミネストローネ 11月のバースディケーキ | 野菜入り肉うどん とり天 フルーツヨーグルト | 肉ごぼう丼 キャベツと玉子のごまだれサラダ トマト 呉汁 カルピスフルーツポンチ | 豆乳担々麺 れんこんのシャキシャキサラダ アップル寒天 | | |
| おやつ | スティック大学芋 ミルク | スキムミルクサブレ ミルク | 秋の恵みキッシュ 麦茶 | 玉子ロールサンド ミルク | 手作りプリン ミルク | 青のりじゃがバター 麦茶 | | |
| エネルギー | 乳児 435 幼児 577 | 乳児 454 幼児 600 | 乳児 419 幼児 594 | 乳児 438 幼児 572 | 乳児 443 幼児 554 | 乳児 408 幼児 506 | | |
| 延長食 | チーズクラッカーサンド | マカロニきなこ | ヨーグルト | お麩ラスク | じゃがいももち | おせんべい | | |

栄養価 乳児 エネルギー：432kcal、たんぱく質：18.5g、脂質：16.0g、食塩相当量：2.0g、カルシウム：204mg
 (1か月平均) 幼児 エネルギー：536kcal、たんぱく質：22.5g、脂質：20.3g、食塩相当量：2.5g、カルシウム：216mg