



# 11月 予定献立表



	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前のおやつ	2 ひじきスティック	3	4 Feウエハース	5 ヨーグルト	6 豆乳(フルーツ味)	7 ミレービスケット
昼食	中華丼 中華風コーンスープ カップdeヤクルト	文化の日	麦ごはん ジャがいもの味噌汁 豚肉のしそチーズ焼き 千切り大根のサラダ	ごはん キャベツの味噌汁 さばの西京焼き 枝豆の白和え トマト	ごはん 冬瓜の味噌汁 肉じゃが きんぴら オレンジ	ごはん 大根の味噌汁 豚こまの照り焼き ブロッコリー土佐和え
3時のおやつ	芋天ぷら お茶・麦茶		アップルケーキ ミルク	手づくりちんすこう 梨 ミルク	ジャムサンド(いちご) ミルク	コーンおむすび ミルク
午前のおやつ	9 ビスコ	10 焼き芋	11 こざかなせんべい	12 ハーベストセサミ	13 マリービスケット	14 ブルーン
昼食	バジタブルカレー きになる野菜 スティックきゅうり	ごはん なすの味噌汁 鶏手羽元のさっぱり煮 野菜炒め オレンジ	ごはん しめじの味噌汁 豆腐のキッシュ トマト いんげん土佐和え	ごはん ジャが芋の味噌汁 魚のラビゴットソース ほうれん草の白あえ パイン缶	ごはん 豚汁 なすとかぼちゃのそぼろあんかけ モーウイサラダ ミニゼリー	タコライス わかめスープ フルーツヨーグルト
3時のおやつ	黒糖蒸パン ミルク	おやつ焼きそば お茶・麦茶	マーブルケーキ ミルク	ごまクッキー ミルク	さつまいもぼーろ りんご ミルク	豆乳(フルーツ味) トースト
午前のおやつ	16 カル鉄スティック	17 ソフトせんべい	18 動物ビスケット	19 カルシウムせん	20 ルヴァン	21 はちや棒
昼食	牛丼 豆腐の味噌汁 バイクドじゃが バナナ	ごはん もずくスープ 豚のしょうが炒め 黄桃 ブロッコリーとちくわの和え物	ごはん イナムドゥチ 昆布いりちー ミニゼリー パパイヤの和え物	ごはん 山東菜の味噌汁 魚のピカタ 手作りのり佃煮 スタミナサラダ	アンパンマンピラフ メロン マッシュルームスープ チーズ入りミートローフ ほうれん草とコーンのソテー	マーボー丼 卵スープ さつま芋のサラダ
3時のおやつ	ほうれん草のカップケーキ ミルク	ヨーグルトスコーン ミルク	スイートポテト バナナ ミルク	アメリカンドック 豆乳(フルーツ味)	ホットケーキ ミルク	フルーツヨーグルト スティックパン
午前のおやつ	23	24 野菜スティック	25 プリン	26 焼き芋	27 バナナ	28 丸ボウロ
昼食	勤労感謝の日	チキンカレー コンソメスープ 乱切りきゅうり	沖縄そば 大豆サラダ バナナ	お弁当の日	ごはん キャベツの味噌汁 麻婆豆腐 みかん缶 きゅうりの和え物	炊き込みピラフ 麩の味噌汁 鶏肉の照り焼き きゅうりとツナの酢の物
3時のおやつ		ごまフレーク 柿 ミルク	ツナマヨおむすび 大根のレモン漬け 桑茶	ケーキ ミルク	まがりせんべい りんご ミルク	焼き芋 ジョアプレーン
午前のおやつ	30 棒チーズ	<b>勤労感謝の日(23日)</b> 勤労感謝は働く人たちへ感謝する日ですが、もともとは五穀豊穡、毎年の農作物の収穫に感謝する日でもあります。				
昼食	マージンごはん 納豆 ソーキ汁 パイン缶 麩チャンプルー	<div data-bbox="616 1292 1198 1420" data-label="Text"> <p>「いただきます」 さまざまな動植物の「命をいただきます」という意味も込められています</p>  </div> <div data-bbox="1220 1292 2139 1444" data-label="Text"> <p>「ごちそうさま」 ごちそうさまの「ちそう」は「馳走」と書き、駆け走り食材を集めるという意味があります。食材を作る人・運ぶ人・料理を作る人などたくさんの人がかかわっています。いろんな人に感謝して食べましょう。</p>  </div>				
3時のおやつ	もずく天ぷら 桑茶					