

# 11月の献立表

2024年度 多治見市 若草保育園

にち	ようび	午前おやつ		おひるごはん	午後おやつ		未満児	
							エネルギー (kcal)	塩分相当量 (g)
1	金	みかん	牛乳	ケチャップライス 米粉マカロニサラダ きのこと大豆のスープ	国産やさいゼリー	牛乳	459	1.6
2	土	せんべい	牛乳	弁当持参	クロワッサン	牛乳	278	0.4
3	日			文化の日				
4	月			振替休日				
5	火	赤ちゃんせんべい	牛乳	ご飯 鶏肉の香味焼き キャベツの甘酢和え 豆乳スープ	いもようかん	牛乳	480	1.2
6	水	バナナ	牛乳	ご飯 鱈のフライ 友禅和え 里芋の味噌汁	りんごとレーズンの米粉蒸しパン	牛乳	566	1.3
7	木	おこめせん	牛乳	ご飯 厚揚げの野菜あんかけ 白菜のおかか和え けんちん汁	ちんすこう	牛乳	487	1.2
8	金	鉄塩せん	牛乳	遠足の日 おにぎり 鶏肉のから揚げ にんじんスティック ブロッコリーのおかか和え	大学芋	牛乳	497	1.4
9	土	せんべい	牛乳	弁当持参	クロワッサン	牛乳	278	0.4
10	日							
11	月	赤ちゃんせんべい	牛乳	ご飯 焼き豆腐のそぼろ味噌かけ ブロッコリーのおかか和え 蕪の吸物	さつま芋入り蒸しパン	牛乳	443	1.5
12	火	むらさきもせんべい	牛乳	カレーピラフ れんこんサラダ 大豆入りミネストローネ	米粉のカップケーキ	牛乳	463	1.5
13	水	バナナ	牛乳	ご飯 わかさぎのから揚げ にんじんサラダ 赤だし	さつま芋の包み焼き	牛乳	507	1.1
14	木	鉄塩せん	牛乳	ご飯 八宝菜 キャベツのナムル 中華スープ	りんごケーキ	牛乳	447	1.7
15	金	おこめせん	牛乳	ご飯 鶏肉のから揚げ もやしのナムル きのこと汁 りんご	卵を使っていないプリン	牛乳	609	1.8
16	土	せんべい	牛乳	弁当持参	クロワッサン	牛乳	278	0.4
17	日							
18	月	オレンジ	牛乳	ご飯 すき焼き風煮 五目なます じゃが芋の味噌汁	チーズポンデ	牛乳	490	1.4
19	火	赤ちゃんせんべい	牛乳	ご飯 鱈の照り焼き 鉄人サラダ さつま汁	じゃがもち(甘だれ)	牛乳	444	1.6
20	水	おこめせん	牛乳	うどん ししゃも焼き ブロッコリーのサラダ オレンジ	五平餅	牛乳	444	1.8
21	木	りんご	牛乳	ご飯 ひじき入りハンバーグ 大豆入りサラダ トマトスープ	焼き芋	牛乳	502	1.3
22	金	鉄塩せん	牛乳	【和食の日】紅葉ごはん 茶碗蒸し 里芋の甘辛煮 胡瓜とわかめの酢の物	フルーツダイスゼリー	牛乳	416	1.4
23	土			勤労感謝の日				
24	日							
25	月	りんご	牛乳	ご飯 鶏肉のケチャップあんかけ きんぴらごぼう 野菜スープ	米粉マカロニの黒蜜かけ	牛乳	492	1.4
26	火	おこめせん	牛乳	ご飯 鯖のカレーあんかけ キャベツのサラダ 味噌汁	バナナ入り米粉蒸しパン	牛乳	511	1.3
27	水	バナナ	牛乳	ひじきご飯 鮭の西京焼き 土佐酢和え 吸物	鬼まん	牛乳	486	1.6
28	木	みかん	牛乳	焼きそば じゃが芋の甘酢和え 中華スープ りんご	焼きおにぎり	牛乳	469	2.1
29	金	赤ちゃんせんべい	牛乳	ご飯 鱈の竜田揚げ ほうれん草のサラダ 赤だし	ココア蒸しパン	牛乳	503	1.4
30	土	せんべい	牛乳	弁当持参	クロワッサン	牛乳	278	0.4

\*都合により献立を変更する場合があります。

## \*\*\*旬の食べ物\*\*\*

- 1日 きのこと大豆のスープ
- 5日 おやつ:いもようかん
- 6日 里芋の味噌汁
- 7日 けんちん汁
- 8日 おやつ:大学芋
- 11日 ブロッコリーのおかか和え 蕪の吸物 おやつ:さつま芋入り蒸しパン
- 19日 さつま汁
- 20日 ブロッコリーのサラダ
- 21日 おやつ:焼き芋
- 22日 【和食の日】紅葉ごはん 茶碗蒸し 里芋の甘辛煮 胡瓜とわかめの酢の物
- 27日 おやつ:鬼まん

## \*\*\*カミカミメニュー\*\*\*

- 12日 れんこんサラダ
- 13日 わかさぎのから揚げ
- 25日 きんぴらごぼう



↑このマークがカミカミメニューのマークです



11月24日は「和食の日」