



11月給食献立予定表

R6.10.31

大曲こども園

日	曜	献立名	未満児主食	おやつ
1	金	豆腐のお好み焼き、みそ汁、果物	ごはん	牛乳、お菓子
5	火	おでん、人参しりしり、果物	ごはん	★スイートポテト
6	水	魚のフライごまソース、みそ汁、果物	ごはん	牛乳、お菓子
7	木	カレーライス、白菜のごまサラダ、ヨーグルト	ごはん	牛乳、お菓子
8	金	五目ひじき煮、青菜のソテー、果物	ごはん	飲むヨーグルト、お菓子
11	月	鯖の味噌煮、友禅和え、果物	ごはん	牛乳、お菓子
12	火	野菜のキッシュ、白菜のトロみスープ、果物	パン	牛乳、昆布、お菓子
13	水	ベーコンポテト、大根のツナマヨサラダ、果物	ごはん	牛乳、お菓子
14	木	♥栗入りきんぴらごはん、レンコンハンバーグ、具だくさん汁、デザート	ごはん	牛乳、ロールケーキ
15	金	豆腐のチャンプルー、ワンタン汁、果物	ごはん	牛乳、お菓子
18	月	鶏肉のバーベキューソース、みそ汁、果物	ごはん	ジョア、お菓子
19	火	焼魚、ひじきの炒り煮、みそ汁、果物	ごはん	牛乳、お菓子
20	水	マーボー豆腐、三色ナムル、果物	ごはん	★バスク風チーズケーキ
21	木	パン、コーンフレークチキン、野菜スープ、果物	パン	牛乳、小魚
22	金	豆腐の中華煮、ごまダレサラダ、果物	ごはん	牛乳、お菓子
25	月	すき焼き風煮、スパゲティサラダ、果物	ごはん	牛乳、お菓子
26	火	カレーうどん汁、磯和え、チーズ	うどん	牛乳、お菓子
27	水	豆乳スープ、春雨サラダ、果物	ごはん	ぶどうゼリー
28	木	醤油とんこつラーメン、ヨーグルト	ラーメン	牛乳、お菓子
29	金	セルフの厚揚げ中華丼、ポテトフレンチサラダ、果物	ごはん	★皮せんべい

♥印は、お誕生会献立です。★印は、手作りおやつです。

	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	カルシウム mg	塩分 g
おかずのみ(目標)	358(328)	15.8(15.8)	14.8(14.8)	291(282)	1.5(1.3)
おかず+ごはん(目標)	525(500)	18.3(18.0)	15.2(15.0)	294(285)	1.5(1.3)

*ご飯の目安量は110gです。

<裏面もご覧下さい>