

献立種類：●幼児食



認定こども園 龍谷幼稚園

年月日：2024年11月1日(金)～2024年11月30日(土)

	月	火	水	木	金 1	土 2	
	<p><11月のメニュー紹介></p> <p>・5日はお誕生日会です！ちらし寿司を提供します🍣</p> <p>・6日は魚の日です。魚は体をつくる大切な食品なので、いっぱい食べて丈夫な体をつくりましょう！</p> <p>・7日と8日は長野県の郷土料理を、27日と29日は徳島県のお味噌を使用した献立を提供します！昔ながらの味を楽しみにしてください♪</p> <p>・11日はいい歯の日です！かむかむ献立で丈夫な歯を目指しましょう！</p> <p>・12日はもぐちんが来る日で、年長児クラスは楽しいパン作りをします♪</p> <p>・14日は旬の大根を提供します！一年の中でも一番美味しい大根をお楽しみに☆</p> <p>・15日は給食を食べる会で、前回大好評だった沖縄の郷土料理を提供します☆</p> <p>・18日は彩りメニューで魚のスイートポテト焼きです。魚×さつま芋の相性ばっちりなメニューです！</p> <p>・22日は和食の日です！日本の和食文化を楽しみましょう♪今月の給食もお楽しみに☆</p>					<p>・ポバイカレー</p> <p>・れんこんサラダ</p> <p>・りんご</p>	<p>・ごはん</p> <p>・豚肉と春雨の甘辛炒め</p> <p>・もやしとブロッコリーの中華和</p> <p>・中華スープ</p>
屋 食	<p>・きなこドーナツ</p> <p>・牛乳</p>					<p>・袋菓子</p> <p>・牛乳</p>	
お や つ	<p>I献* 571 kcal 蛋白質 17.0 g 脂質 18.6 g 食塩 1.7 g</p>					<p>I献* 461 kcal 蛋白質 17.7 g 脂質 15.5 g 食塩 1.5 g</p>	
	4	5	6	7	8	9	
屋 食	<p>★☆☆おたんじょうかい☆☆★</p> <p>〇七五三〇</p> <p>・すくすくおやこ寿司</p> <p>・高野と里芋の煮物</p> <p>・すまし汁</p> <p>・花みかん</p>	<p>●〇食育企画運動〇●</p> <p>★☆☆魚を食べよう☆☆★</p> <p>・炊き込みごはん</p> <p>・魚のカレー揚げ</p> <p>・わかめの塩昆布和え</p> <p>・みそ汁</p>	<p>★☆☆今月の郷土料理☆☆★</p> <p>・ごはん</p> <p>☆長野:なすの油みそ</p> <p>・マカロニサラダ</p> <p>・すまし汁</p>	<p>★☆☆みそ紀行:長野☆☆★</p> <p>・ごはん</p> <p>・鶏肉のうまだれ焼き</p> <p>・もやしと胡瓜のさっぱり和え</p> <p>☆長野:長野みそのみそ汁</p> <p>・りんご</p>	<p>・ごはん</p> <p>・鶏じゃが</p> <p>・ほうれん草のおかか和え</p> <p>・みそ汁</p>		
お や つ	<p>・チーズスティックトースト</p> <p>・牛乳</p>	<p>・人参オレンジゼリー/せんべい</p> <p>・牛乳</p>	<p>・長野:かぼちゃおやき風</p> <p>・牛乳</p>	<p>★☆☆今月の郷土料理☆☆★</p> <p>・長野:にらせんべい</p> <p>・牛乳</p>	<p>・袋菓子</p> <p>・牛乳</p>		
	I献* 501 kcal 蛋白質 21.6 g 脂質 13.2 g 食塩 2.0 g	I献* 482 kcal 蛋白質 19.7 g 脂質 18.1 g 食塩 1.5 g	I献* 588 kcal 蛋白質 22.0 g 脂質 18.1 g 食塩 1.7 g	I献* 506 kcal 蛋白質 22.6 g 脂質 15.5 g 食塩 1.7 g	I献* 442 kcal 蛋白質 18.6 g 脂質 11.6 g 食塩 1.5 g		
	11	12	13	14	15	16	
屋 食	<p>★☆☆いい歯の日☆☆★</p> <p>・ごはん</p> <p>・豚肉の塩こうじ炒め</p> <p>・かむかむかわりきんぴら</p> <p>・みそ汁</p>	<p>★☆☆もぐちん☆☆★</p> <p>・食パン</p> <p>・ポテトグラタン</p> <p>・ツナとほうれん草サラダ</p> <p>・ころころやさいスープ</p> <p>・プリンアラモード</p>	<p>・納豆スパゲティ</p> <p>・ウィンナーと白菜のスープ煮</p> <p>・バナナ</p>	<p>●〇食育企画運動〇●</p> <p>一句の野菜を知ろう だいこんー</p> <p>・ごはん</p> <p>・鶏肉のかりん揚げ</p> <p>・油揚げと大根の煮物</p> <p>・みそ汁</p>	<p>★☆☆給食を食べる会☆☆★</p> <p>～沖縄の郷土料理～</p> <p>・沖縄:タコライス</p> <p>・沖縄:クープイリチー</p> <p>・ココロやさいスープ</p> <p>・オレンジ</p>	<p>・ごはん</p> <p>・豚やさい炒め</p> <p>・はるさめサラダ</p> <p>・みそ汁</p>	
お や つ	<p>・かむかむやさいせんべい</p> <p>・牛乳</p>	<p>・りんごとさつま芋ケーキ</p> <p>・牛乳</p>	<p>・混ぜ込みいなり</p> <p>・牛乳</p>	<p>・かぼちゃのあべかわ</p> <p>・牛乳</p>	<p>・ごまちゃんすこう</p> <p>・牛乳</p>	<p>・袋菓子</p> <p>・牛乳</p>	
	I献* 495 kcal 蛋白質 20.0 g 脂質 16.8 g 食塩 1.4 g	I献* 605 kcal 蛋白質 18.0 g 脂質 24.5 g 食塩 2.6 g	I献* 576 kcal 蛋白質 24.6 g 脂質 17.9 g 食塩 1.5 g	I献* 569 kcal 蛋白質 24.6 g 脂質 22.1 g 食塩 1.4 g	I献* 565 kcal 蛋白質 19.5 g 脂質 21.7 g 食塩 1.6 g	I献* 473 kcal 蛋白質 20.0 g 脂質 16.2 g 食塩 1.4 g	
	18	19	20	21	22	23	
屋 食	<p>●彩りメニュー●テーマ:紅葉</p> <p>・ごはん</p> <p>・魚のスイートポテト焼き</p> <p>・ウィンナーとブロッコリー炒め</p> <p>・みそ汁</p>	<p>・豚生姜焼き丼</p> <p>・キャベツサラダ</p> <p>・みそ汁</p> <p>・オレンジ</p>	<p>・みそラーメン</p> <p>・餃子</p> <p>・バナナ</p>	<p>★☆☆みそ紀行:徳島☆☆★</p> <p>・ごはん</p> <p>・生揚げの五目煮</p> <p>・ちくわの磯辺焼き</p> <p>☆徳島豆みそのみそ汁</p>	<p>●〇食育企画運動〇●</p> <p>★☆☆和食の日(24日)☆☆★</p> <p>・ごはん</p> <p>・肉団子と秋野菜の甘酢あん</p> <p>・じゃが芋の煮つ転がし</p> <p>・みそ汁</p>	<p>力 感 謝 の 日</p>	
お や つ	<p>・しっとりバナナクッキー</p> <p>・牛乳</p>	<p>・豆乳きなこもち</p> <p>・牛乳</p>	<p>・ミルクかぼちゃプリン</p> <p>・牛乳</p>	<p>・ふかしさつま芋</p> <p>・牛乳</p>	<p>・菜めしおにぎり</p> <p>・牛乳</p>		
	I献* 556 kcal 蛋白質 21.8 g 脂質 21.7 g 食塩 1.8 g	I献* 526 kcal 蛋白質 22.4 g 脂質 16.4 g 食塩 1.3 g	I献* 500 kcal 蛋白質 20.8 g 脂質 15.5 g 食塩 1.8 g	I献* 505 kcal 蛋白質 21.2 g 脂質 13.9 g 食塩 1.4 g	I献* 537 kcal 蛋白質 19.3 g 脂質 10.6 g 食塩 1.5 g		
	25	26	27	28	29	30	
屋 食	<p>・ごはん</p> <p>・ポークチャップ</p> <p>・かぼちゃサラダ</p> <p>・やさいスープ</p>	<p>・きつねうどん</p> <p>・じゃが芋のそぼろ炒め</p> <p>・バナナ</p>	<p>・ごはん</p> <p>・肉団子のケチャップ炒め</p> <p>・ツナとキャベツサラダ</p> <p>・マカロニスープ</p> <p>・花みかん</p>	<p>・鶏肉のみそ焼き丼</p> <p>・ほうれん草のおひたし</p> <p>・すまし汁</p> <p>・りんご</p>	<p>★☆☆みそ紀行:徳島☆☆★</p> <p>・ごはん</p> <p>・魚の照りマヨ焼き</p> <p>・白菜とひじきの煮物</p> <p>☆徳島豆みそのみそ汁</p>	<p>・チャーハン</p> <p>・豚肉と大根のうま塩炒め</p> <p>・中華スープ</p>	
お や つ	<p>・マカロニきなこ</p> <p>・牛乳</p>	<p>・わかめおにぎり</p> <p>・牛乳</p>	<p>・ドロップクッキー</p> <p>・牛乳</p>	<p>・お好み焼き</p> <p>・牛乳</p>	<p>・シュガートースト</p> <p>・牛乳</p>	<p>・袋菓子</p> <p>・牛乳</p>	
	I献* 555 kcal 蛋白質 20.7 g 脂質 18.0 g 食塩 1.1 g	I献* 530 kcal 蛋白質 20.6 g 脂質 13.0 g 食塩 2.0 g	I献* 528 kcal 蛋白質 17.7 g 脂質 16.4 g 食塩 1.4 g	I献* 530 kcal 蛋白質 25.3 g 脂質 15.2 g 食塩 1.7 g	I献* 498 kcal 蛋白質 21.6 g 脂質 13.9 g 食塩 1.7 g	I献* 452 kcal 蛋白質 17.5 g 脂質 14.4 g 食塩 1.6 g	