

11月の献立予定表



月	火 日付	水 1	木 2	金 3	土 4
11月の予定 4日(土) 愛情弁当の日 15日(水) 誕生会	共通献立	カレーライス 福神漬  ひじきサラダ キャベツのみそ汁 柿	あじの蒲焼丼  大根の煮物  みそ汁 キウイフルーツ	文化の日 	♡愛情弁当の日♡ ※手作りお弁当の日 ですので、忘れずに お願いします。 おかき・麦茶 ウエハース・牛乳
		未満児 午前おやつ ビスケット・麦茶	サブレ・麦茶	おかき・麦茶	
		午後おやつ 塩せんべい・スキムミルク	夕焼けおにぎり・牛乳	ウエハース・牛乳	
6	7	8	9	10	11
ごはん ポークチャップ  さつまいもサラダ  みそ汁  オレンジ 	ひじきごはん  卵焼き  ゆで枝豆  さんまのすり身汁  ミニゼリー	焼そば とうもろこしの中華スープ  フルーツポンチ 	きびごはん  麻婆豆腐  小松菜のおかか和え じゃがいものみそ汁 柿	ふりかけごはん 鮭のチーズフライ  コールスローサラダ  みそ汁 バナナ	オムライス  ポトフ  もも缶 
あられ・麦茶 りんごドーナツ・牛乳	ポーロ・麦茶 白い風船・牛乳	塩せんべい・麦茶 ビスケット・スキムミルク	サブレ・麦茶 ヨーグルト	えびせん・麦茶 ごま春巻き・牛乳	おかき・麦茶 ウエハース・牛乳
13	14	15	16	17	18
ごはん たらのかーあんかけ ほうれん草のごま和え 納豆汁  オレンジ 	ごはん 白菜と豚肉の炒め物 かぼちゃ煮  豆腐のみそ汁  キウイフルーツ	♪たんじょうかい♪ 手巻き寿司  吹き寄せ煮  すまし汁  フルーツ盛合せ	ごましおごはん きのこチーズオムレツ 大根サラダ  トマトスープ  柿	麦ごはん 人参とお肉の  ふんわり唐揚げ わかめときゅうりの酢の物 みそ汁  バナナ	おにぎり 豆腐の卵とじ みそ汁  ミニゼリー 
塩せんべい・麦茶 おさつチップス・牛乳	ハーベスト・麦茶 せんべい・スキムミルク	ビスケット・麦茶 紅白しるこ・牛乳	おかき・麦茶 クラッカー・スキムミルク	ポテコ・牛乳 きなこトースト・牛乳	あられ・麦茶 サブレ・牛乳
20	21	22	23	24	25
ふりかけごはん さわらのピカタ れんこんのバター醤油炒め 野菜スープ キウイフルーツ	ごはん  炒り豆腐  ツナサラダ  みそ汁  柿	ごはん  鶏肉のさっぱり煮 納豆和え  さつまいものみそ汁 バナナ	勤労感謝の日 	きびごはん  さばのごまマヨ焼  白菜のお浸し かぶのみそ汁  りんご	豚丼  小松菜の中華炒め わかめスープ パイン缶 
クラッカー・麦茶 パナパウトケーキ・牛乳	塩せんべい・麦茶 ハッシュドポテト・牛乳	ビスケット・麦茶 クラッカー・スキムミルク	おかき・麦茶	ポーロ・麦茶 マーラーカオ・牛乳	せんべい・麦茶 コーン菓子・牛乳
27	28	29	30	 よくかんで食べて アレルギー予防 アレルゲンの多くはタンパク質からできています。つまり、タンパク質が体内で十分に消化されれば、アレルギー反応が起きにくくなるということ。食材をよくかむことで唾液の分泌が促進され、消化力が増すのです。	
ごはん  赤魚の照焼 すき昆布煮 大根のみそ汁 バナナ	おにぎり 厚揚げと豚肉の煮物 人参と舞茸のきんぴら もやしのみそ汁 キウイフルーツ	ごましおごはん かわいいのムニエル きのこサラダ  コンソメスープ  りんご	ごはん  チキン南蛮  ナムル  なめこ汁  柿		
ウエハース・麦茶 かぼちゃのクッキー・牛乳	クラッカー・麦茶 プリン	かりんとう・麦茶 ホットケーキ・牛乳	ビスケット・麦茶 せんべい・スキムミルク		