

11月 令和3年度 こんだてひょう

年間目標：健康な生活リズム、食事の正しいマナーを身につける
月間目標：食事を作ってくれる人に関心をもち、感謝の気持ちを持って食べる。

献立	1 (月)	2 (火)	3 (水)	4 (木)	5 (金)
材料	けんちん煮 ごま和え みそ汁 フルーツ 鶏肉、豆腐、大根 油揚げ、人参、ごぼう こんにゃく、キャベツ ちくわ、ごま、玉ねぎ しめじ ミルク餅・牛乳	魚の黄金焼き 卵の花炒り煮 大根のみそ汁 フルーツ 魚の切り身、卵 鶏ひき肉、おから、人参 ごぼう、油揚げ、ねぎ 大根、しめじ、麩 大学芋・牛乳	文化の日 	ちゃんぽんうどん じゃが芋と人参の煮物 フルーツ うどん、豚肉、キャベツ 人参、もやし、ねぎ じゃが芋、三度豆 クラッカーサンド・牛乳	おさつコロッケ 切干大根のカレーソーテー みそ汁 フルーツ 豚ひき肉、さつま芋 玉ねぎ、ベーコン 切り干し大根、ピーマン 人参、もやし、豆腐 わかめ、ねぎ シュガーラスク・カルピス
献立	8 (月)	9 (火)	10 (水)	11 (木)	12 (金)
材料	肉じゃが おかか和え 豆乳汁 フルーツ 牛肉、じゃが芋、玉ねぎ 人参、糸こんにゃく 三度豆、キャベツ、胡瓜 豆乳、ごま 蒸しパン・牛乳	魚の西京焼き 切干大根の煮付 すまし汁 フルーツ 魚の切り身、ひじき 切り干し大根、人参 油揚げ、三度豆、玉ねぎ 豆腐、えのき、わかめ チーズホットケーキ・牛乳	八宝菜 鶏レバーの生姜煮 かき玉スープ フルーツ 豚肉、白菜、ちくわ 人参、玉ねぎ、ピーマン 干し椎茸、鶏レバー 卵、えのき、ねぎ さつま芋マフィン・牛乳	納豆丼 梅和え すまし汁 フルーツ 豚ひき肉、納豆、ねぎ ごま、胡瓜、人参 キャベツ、玉ねぎ わかめ、えのき ツナサンド・牛乳	シーフードたご焼き風 胡瓜スティック 青菜のスープ フルーツ だこ、ちくわ、キャベツ 人参、ちりめんじゃこ ねぎ、胡瓜、チンゲン菜 玉ねぎ 枝豆・こぶ・ソファール
献立	15 (月)	16 (火)	17 (水)	18 (木)	19 (金)
材料	みそ焼肉 しょうゆフレンチ 中華スープ フルーツ 豚肉、玉ねぎ、人参 キャベツ、ピーマン ちやし、わかめ、えのき ねぎ マカロニのあべかわ・牛乳	魚の塩焼き おひたし みそ汁 フルーツ 魚の切り身、キャベツ 人参、胡瓜、ちくわ 玉ねぎ、豆腐、ねぎ ポップコーン・ジョア	鶏肉のオーロラソース ドレッシングサラダ コンソメスープ フルーツ 鶏肉、じゃが芋 キャベツ、胡瓜、人参 コーン缶、玉ねぎ えのき、パセリ ふかし芋・牛乳	ホットドッグ フライドポテト さつま芋シチュー フルーツ ホットドッグパン、鶏肉 ウインナー、キャベツ じゃが芋、ブロッコリー 玉ねぎ、人参、さつま芋 パセリ、しめじ ワカメご飯のおにぎり・お茶	洋風厚焼き卵 マカロニサラダ みそ汁 フルーツ 鶏ひき肉、卵、玉ねぎ 人参、マカロニ キャベツ、胡瓜、ツナ缶 じゃが芋、ねぎ りんごパイ・牛乳
献立	22 (月)	23 (火)	24 (水)	25 (木)	26 (金)
材料	鶏肉の照り焼き 白和え みそ汁 フルーツ 鶏肉、豆腐、さつま芋 人参、青菜、こんにゃく ごま、玉ねぎ、しめじ 大根 バナナクレープ・牛乳	勤労感謝の日 	魚のごま揚げ のり和え すまし汁 フルーツ 魚の切り身、ごま キャベツ、もやし、人参 玉ねぎ、豆腐、わかめ 芋ようかん・牛乳	おにぎり 大豆煮豆 にゅうめん汁 フルーツ 青菜、大豆、人参 ごぼう、こんにゃく 昆布、そうめん、油揚げ 玉ねぎ、かまぼこ、ねぎ ちりめんじゃこ カスタードパン・牛乳	ほうれん草のグラタン ひじきと大豆のサラダ コンソメスープ フルーツ ベーコン、ほうれん草 じゃが芋、玉ねぎ チーズ、大豆、ひじき 胡瓜、人参、キャベツ ブルーベリー・ヨーグルト りんごジュース
献立	29 (月)	30 (火)	紅葉も始まり、めっきりと秋らしくなってきました。 今月は、大根・白菜・きのこなどの秋野菜を メニューに取り入れました。 そして さつま芋を使った いろいろなおもちゃも お楽しみに！！ 		
材料	魚のカレー煮 切干大根の和え物 かみなり汁 フルーツ 魚の切り身、人参、胡瓜 切り干し大根、ハム 豆腐、キャベツ 干し椎茸、ごぼう フライドポテト・牛乳	牛肉と舞茸の炒り煮 金時煮豆 みそ汁 フルーツ 牛肉、ごぼう、舞茸 切り干し大根、人参 金時豆、玉ねぎ、えのき ねぎ フルーツきんとん・牛乳			

6時以降の軽食は、おにぎり・ポールウインナー・果物を食べます。離乳食・除去食など、子ども達一人一人の対応をしています。
3歳以上のお子様も、主食(ごはん等)は保育園で用意します。火・金曜日は玄米食を食べます。
10日(水)は、クッキング(さつま芋マフィン)をします。らいおん・きりん・ぱんだぐみさんは、エプロン・三角巾の準備をよろしく願います。

みずほ保育園

