



# 11月の献立表



2023年イトンちどり保育園

| 日  | 曜 | 朝おやつ           | 昼食                                                                                                                               | 3時おやつ                                                                                           |
|----|---|----------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1  | 水 | 牛乳、バナナ         | ★夕焼けごはん、千草焼き、もやしのサラダ、きのこのみそ汁                                                                                                     | 牛乳、卵の花チヂミ                                                                                       |
| 2  | 木 | 牛乳、ミレービスケット    | 秋鮭のちゃんちゃん焼き<br>れんこんのきんぴら、豆乳汁                   | 牛乳、★落ち葉クッキー  |
| 3  | 金 | 文化の日           |                                                                                                                                  |                                                                                                 |
| 4  | 土 | 牛乳、一口ゼリー       | 八宝めん、粉ふき芋、パイン                                                                                                                    | 牛乳、米粉パン                                                                                         |
| 5  | 日 |                |                                                                                                                                  |                                                                                                 |
| 6  | 月 | 牛乳、バナナ         | 手作りしゅうまい・青菜のお浸し・中華スープ                                                                                                            | 牛乳、秋野菜チップス                                                                                      |
| 7  | 火 | 牛乳、カルシウムせんべい   | 鶏肉のごまみそ焼き・キャベツのおかか和え<br>のっぺい汁、納豆                                                                                                 | 牛乳、かみかみ小魚・バナナ                                                                                   |
| 8  | 水 | 牛乳、アンパンマンせんべい  | ★のらぼうめし・★ししゃもの香味揚げ<br>ベイクドかぼちゃ、豚汁                                                                                                | 牛乳、チーズ蒸しパン                                                                                      |
| 9  | 木 | 牛乳、チーズ・シガーフライ  | 五目煮・小松菜とツナの和え物・もずくスープ、キウイフルーツ                                                                                                    | 牛乳、かぼちゃの大学いも                                                                                    |
| 10 | 金 | 牛乳、ぱりんこ        | 秋のきのこのハヤシライス<br>コールスローサラダ、りんご                                                                                                    | 牛乳、カリポリボツキー                                                                                     |
| 11 | 土 | 牛乳、せんべい        | スパゲッティナポリタン、青菜とツナのマヨサラダ、パイン                                                                                                      | 牛乳、ビスケット・一口ゼリー                                                                                  |
| 12 | 日 |                |                                                                                                                                  |                                                                                                 |
| 13 | 月 | 牛乳、星たべよ        | 豆乳ミートグラタン、ブロッコリーとちくわのサラダ<br>わかめスープ、柿        | 牛乳、おはぎ                                                                                          |
| 14 | 火 | 牛乳、スティックパン     | 豚肉のしょうが炒め、トマト、味付けのり、油あげのみそ汁                                                                                                      | 牛乳、ブラウニー                                                                                        |
| 15 | 水 | 牛乳、ミレービスケット    | 【七五三お祝いランチ】中華おこわ・魚の西京焼き<br>ごま塩サラダ、すまし汁・みかん  | 牛乳、チュロス                                                                                         |
| 16 | 木 | 牛乳、バナナ         | そぼろ丼、おじゃごとじゃこのおかか和え、白菜スープ                                                                                                        | 牛乳、ぶどうゼリー                                                                                       |
| 17 | 金 | 牛乳、ぱりんこ        | ささみフライ、★秋の根菜イトンサラダ<br>オニオンスープ、黄桃            | 牛乳、焼きいも    |
| 18 | 土 | 牛乳、一口ゼリー       | 豚汁うどん、青菜の磯和え、バナナ                                                                                                                 | 牛乳、たい焼き                                                                                         |
| 19 | 日 |                |                                                                                                                                  |                                                                                                 |
| 20 | 月 | 牛乳、アスパラガスビスケット | 手作りがんもどき、五色和え、麩のすまし汁、パイン                                                                                                         | 牛乳、バナナケーキ                                                                                       |
| 21 | 火 | 牛乳、バナナ         | 鶏の照り焼き丼、野菜スープ、りんご                           | 牛乳、ジャムサンド                                                                                       |
| 22 | 水 | 牛乳、チーズ・昆布      | 厚揚げと大根のそぼろ煮、白菜の塩こんぶ和え<br>手作りふりかけ、わかめのみそ汁                                                                                         | 牛乳、さつまいものオレンジ煮                                                                                  |
| 23 | 木 | 勤労感謝の日         |                                                                                                                                  |                                                                                                 |
| 24 | 金 | 牛乳、アンパンマンせんべい  | 【和食の日】魚の塩こうじ焼き、お浸し<br>納豆、切干大根のみそ汁                                                                                                | 牛乳、みたらし団子                                                                                       |
| 25 | 土 | 牛乳、ビスケット       | 焼きビーフン、ベイクドポテト、バナナ                                                                                                               | 牛乳、一口ゼリー・せんべい                                                                                   |
| 26 | 日 |                |                                                                                                                                  |                                                                                                 |
| 27 | 月 | 牛乳、シガーフライ      | すきやき煮、もずくの酢の物、えのきのすまし汁                                                                                                           | 牛乳、フルーツヨーグルト                                                                                    |
| 28 | 火 | 牛乳、食パン         | イトン名物チキン南蛮、きゃべつとコーンの和え物<br>コンソメスープ、パイン                                                                                           | 牛乳、★ポテトアップルパイ                                                                                   |
| 29 | 水 | 牛乳、バナナ         | 魚のカレームニエル、さつまいものきな粉サラダ<br>かぶのみそ汁                                                                                                 | 牛乳、フッキー＆パツキー<br>(キャラメル風味)                                                                       |
| 30 | 木 | 牛乳、カルシウムせんべい   | ロールパン、きのこのシチュー、ウインナー、ツナサラダ、りんご                                                                                                   | 牛乳、青菜のおにぎり                                                                                      |

\*行事・食材の都合により献立が変更になる場合がありますので、ご了承ください。

★印は新メニューです。お楽しみに!!

