

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前					1 お茶 ビスケット	2
昼食					ごはん 鶏すき煮 ちくわのカレー揚げ ひじきの わふうサラダ	味噌煮込みうどん ヨーグルト
午後					牛乳 せんべい	
午前	4	5 りんごジュース	6 牛乳 せんべい	7 野菜ジュース	8 のむヨーグルト	9
昼食	振替休日	ごはん 鶏肉のごまみそ焼き ブロッコリーの 中華和え のっぺい汁	ごはん 魚の南蛮漬け ポテトサラダ 白菜のみそ汁	レーズン食パン チキンナゲット ブロッコリーの ごま酢和え にんじんポタージュ	わかめごはん 豚肉と大根の煮物 ちくわサラダ みかん	スパゲティ ジョア
午後		牛乳 スイートポテト	牛乳 ★バナナケーキ	ヨーグルト ウエハース(ABCのみ)	牛乳 ★ジャムサンド	
午前	11 牛乳 せんべい	12 野菜ジュース	13 豆乳 ビスケット	14 お茶 バナナ	15 お茶 ウエハース	16
昼食	ごはん ヤンニョムチキン バンサンスー 大根スープ	ごはん 手づくりさつまいも コロック ブロッコリーの ツナサラダ わかめスープ	玄米入りごはん さかなの ごまいりたつた揚げ こまつなのお浸し じゃがいもと わかめのみそ汁	きのこごはん みそおでん コールスローサラダ	ごはん 豚肉のソースマリネ マッシュポテト 春雨スープ	焼きそば ヨーグルト
午後	ココア クリームクラッカー	牛乳 せんべい	のむヨーグルト ★マカロニきな粉	牛乳 ★さつまいもドーナツ	牛乳 たい焼き	
午前	18 牛乳 ビスケット	19 りんごジュース	20 豆乳 せんべい	21 野菜ジュース	22 お茶 ビスケット	23
昼食	玄米入りごはん 鶏肉の マーマレード煮 さつまいもサラダ なめこのみそ汁	★A組リクエストメニュー★ カレーうどん ウインナー 切干し大根の ゴママヨ和え	ごはん 肉じゃが 揚げ大豆の小魚がら め(A~光) 肉団子(空虹) わかめフレンチ	お弁当の日 (虹組) ゆかりごはん ポトフ ブロッコリーの ツナサラダ	ごはん 魚の甘酢ソース かぼちゃの ごまマヨネーズ けんちん汁	勤労感謝の日
午後	ヨーグルト せんべい(ABCのみ)	お茶 ★おにぎり	牛乳 ビスケット	アシドミルク せんべい	牛乳 ★豆乳もち(ABC) せんべい(光空虹)	
午前	25 牛乳 ウエハース	26 アシドミルク	27 のむヨーグルト	28 野菜ジュース	29 豆乳 せんべい	30
昼食	カレーライス キャベツの ごまマヨ和え チーズ	玄米入りごはん さんまのかば焼き (空虹 白身魚) ゆかり和え さつまいも汁	ごはん さつまいもと 青菜のクリーム煮 ちりじゃこサラダ 肉団子	ちらしずし とりにくの照り焼き マカロニサラダ すまし汁	ごはん れんこん入り 鶏つくね 切干しサラダ 小松菜のみそ汁	みそらーめん ジョア
午後	お茶 ★フルーツポンチ	牛乳 メープルマフィン	野菜ジュース ★とうふドーナツ	ココア シュークリーム	牛乳 豆乳プリン	

11月の給食	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	食塩
目標量(3~5歳児)	617Kcal	24.7g	17.1g	257mg	1.6g
平均(3~5歳児)	577Kcal	21.8g	19.3g	240mg	2.0g
目標量(1~2歳児)	504Kcal	20.2g	14.0g	233mg	1.5g
平均(1~2歳児)	501Kcal	18.2g	15.0g	239mg	1.6g

・★は、手作りおやつです。  
・21日はお弁当の日です。  
(虹組のみ給食)