



令和5年度 11月給食献立



若鮎こども園

★材料入荷の都合により、献立を変更することがあります。

栄養士:山中

日付	主食	副食	汁物	材料名	おやつ
1 水	虹いろごはん	赤魚の煮付け 白菜の磯和え	麩の味噌汁	虹色米 米 赤魚 土生姜 白菜 人参 かまぼこ もみのり おつゆ麩 玉葱 青葱 味噌	※恐竜のたまご 豆乳
2 木	虹いろごはん	豚肉と糸こんにの煮込み ほうれん草のお浸し	南瓜の味噌汁	虹色米 米 豚肉 こんにやく ごぼう 人参 ほうれん草 もやし 南瓜 玉葱 わかめ 味噌	柿 お茶
4 土	お弁当				
6 月	虹いろごはん	豆腐とひじきの落とし揚げ チンゲン菜サラダ	じゃが芋の味噌汁	虹色米 米 絹豆腐 ひじき 鶏ミンチ チンゲン菜 人参 コーン 青じそドレッシング じゃが芋 玉葱 青葱 味噌	ひこうきビスケット 豆乳
7 火	塩おにぎり	芋煮		米 牛肉 里芋 赤こんにやく ごぼう 白菜 白葱 人参 ちくわ しめじ 大根 油揚げ	※五平餅 お茶
8 水	虹いろごはん	鯖の葱味噌焼き 甘酢キャベツ	すまし汁	虹色米 米 鯖 青葱 味噌 キャベツ 人参 手まり麩 玉葱 ほうれん草	くだものゼリー きなこ餅 お茶
9 木	わかめごはん	牛肉のうま煮 里芋の甘辛揚げ	白菜の味噌汁	米 炊き込みわかめ 牛肉 人参 大根 ごぼう ちくわ 赤こんにやく 里芋 白菜 しめじ 油揚げ 白葱 味噌	※ちんすこう 豆乳
10 金	虹いろごはん	カレイのムニエル 切干しナポリタン	コンソメスープ	虹色米 米 カレイ パター レモン汁 切干し大根 人参 ピーマン 玉葱 ウインナー ウスターソース ケチャップ コーン パセリ	花花せんべい おやつ昆布 豆乳
11 土	豆腐丼				
13 月	虹いろごはん	大豆のかき揚げ 白菜のゆかり和え	きのこの味噌汁	虹色米 米 水煮大豆 ちくわ 人参 さつま芋 玉葱 三つ葉 天ぷら粉 白菜 ゆかり しめじ 椎茸 青葱 味噌	コーンバー 野菜入りソフトせん 豆乳
14 火	虹いろごはん	豚肉と南瓜のカレー炒め ブロッコリーのピーナッツ和え	春菊の味噌汁	虹色米 米 豚肉 南瓜 玉葱 カレー粉 ブロッコリー 人参 粉末ピーナッツ 春菊 油揚げ 味噌	※ミルクムース お茶
15 水	ごはん	鮭のちゃんちゃん焼き 一食納豆	すまし汁	米 鮭 キャベツ 人参 玉葱 えのき茸 味噌 納豆 絹豆腐 三つ葉	※れんこんチップス お茶
16 木	虹いろごはん	チーズオムレツ ひじきサラダ	ほうれん草 スープ	虹色米 米 卵 ピザチーズ ベーコン じゃが芋 玉葱 人参 ひじき もやし 胡瓜 ほうれん草 コーン	きらず揚げ 豆乳クッキー 豆乳
17 金	虹いろごはん	鯖のおろしソースがけ きんぴらごぼう	さつま芋の味噌汁	虹色米 米 鯖 大根 ごぼう 豚ミンチ 人参 いりごま さつま芋 玉葱 わかめ 味噌	ビスコ するめ 豆乳
18 土	お弁当				
20 月	お弁当ハンザイ				
21 火	虹いろごはん	回鍋肉	ビーフ スープ	虹色米 米 豚肉 玉葱 人参 キャベツ もやし 味噌 ビーフ チンゲン菜 ベーコン	※からすのパン屋さん ぶどうジュース
22 水	虹いろごはん	タラの南蛮漬け れんこんサラダ	えのきの味噌汁	虹色米 米 タラ ピーマン 玉葱 人参 れんこん 胡瓜 コーン ポン酢 えのき茸 わかめ 味噌	りんご お茶
24 金	麦ごはん	鶏肉の照り焼き 小松菜のごま和え	里芋の味噌汁	押し麦 米 鶏もも肉 土生姜 小松菜 もやし 人参 すりごま 里芋 玉葱 青葱 味噌	ムーンライト ミニ小魚せん 豆乳
25 土	豚丼				
27 月	虹いろごはん	牛肉とれんこんの甘辛炒め 春雨サラダ	なめこの味噌汁	虹色米 米 牛肉 れんこん 人参 春雨 胡瓜 ハム なめこ 玉葱 青葱 味噌	おやつバイキング 豆乳
28 火	ごはん	鯖の味噌チーズ焼き 小松菜ソテー	すまし汁	米 鯖 味噌 粉チーズ 卵なしマヨネーズ 小松菜 人参 コーン おつゆ麩 玉葱 えのき茸 わかめ	※アップルドーナツ 豆乳
29 水	虹いろごはん	三色卵焼き ブロッコリーの塩こぶ和え	根菜の味噌汁	虹色米 米 卵 豚ミンチ 人参 玉葱 三つ葉 塩昆布 ブロッコリー 大根 ごぼう 油揚げ 青葱 味噌	カルシウム入りかぼちゃポーロ 豆乳
30 木	炊き込み ごはん	鶏肉のレモン風味 ツナサラダ	豆乳味噌汁	米 しめじ 人参 油揚げ 鶏もも肉 レモン汁 ツナ キャベツ 南瓜 玉葱 春菊 豆乳 味噌	ケーキ 豆乳

※は、手作りおやつです。



※7日(火)の給食は『芋煮』で、幼児は園庭で煮込んで食べます。

雨の場合は、9日(木)に延期になります。

※21日(火)のおやつは、絵本『からすのパン屋さん』に関連したえほん給食です。

