



今月のこんだて表

幼児食 2023年11月号
し〜な保育園

日	曜	主食	主菜	副菜	汁・飲み物	午後おやつ	
1	水	ごはん	鮭のクリームソース	マカロニサラダ フルーツ	かぼちゃのみそ汁	ココア蒸しパン	
2	木	ごはん	ツナのスクランブルエッグ	チーズ入りマッシュポテト フルーツ	小松菜のみそ汁	ヨーグルトケーキ	
3	金	文化の日					
4	土	麺	カレーうどん	レタスのサラダ フルーツ	麦茶	菜飯おにぎり	
5	日						
6	月	ごはん	さつまいもごはん	豚肉と切干大根の煮物 フルーツ	油揚げのみそ汁	きな粉パン	
7	火	ごはん	豚肉の甘辛丼	小松菜のごま和え キラキラゼリー	大根のみそ汁	シュガーラスク	
8	水	ごはん	白身魚のマヨネーズ焼き	大根そぼろ煮 バナナヨーグルト	キャベツのみそ汁	いちごジャム蒸しパン	
9	木	麺	きのこのクリームスパゲティ	わかめサラダ フルーツ	コンソメスープ	おかかおにぎり	
10	金	ごはん	鶏肉のみそ焼き	もやしのナムル フルーツ	大根のみそ汁	洋梨ケーキ	
11	土	麺	けんちんうどん	ブロッコリー和え物 フルーツ	麦茶	しらすおにぎり	
12	日						
13	月	ごはん	豚肉と春雨炒め物	小松菜の和え物 フルーツ	わかめのすまし汁	フルーチェ	
14	火	ごはん	鮭のコーンマヨ焼き	金平ごぼう いちごゼリー	焼豆腐のすまし汁	ミルクもち	
15	水	パン	プチホットドッグ	ささ身とブロッコリーのサラダ フルーツ	さつまいもポタージュ	チーズおにぎり	
16	木	ごはん	鶏肉と玉ねぎの卵とじ	ほうれん草のツナ和え ヨーグルト	お麩のみそ汁	プチパンケーキ	
17	金	ごはん	ハヤシライス	エッグサラダ りんごヨーグルト	コンソメスープ	豆腐ブラウニー	
18	土	麺	五目あんかけうどん	キャベツのおかか和え フルーツ	麦茶	さけおにぎり	
19	日						
20	月	ごはん	松風焼き	厚揚げと昆布の炒め物 フルーツ	かみなり汁	さつまいも蒸しパン	
21	火	ごはん	八宝菜	しゅうまい フルーツ	チンゲン菜のスープ	スイートポテト	
22	水	ごはん	変わり親子丼	ポパイサラダ フルーツ	高野豆腐のみそ汁	ココアブレッド	
23	木	勤労感謝の日					
24	金	ごはん	カルシウムグラタン	アスパラとベーコンのソテー フルーツ	コンソメスープ	おかかおにぎり	
25	土	麺	焼きうどん	白菜とりんごのサラダ オレンジゼリー	わかめスープ	わかめおにぎり	
26	日						
27	月	ごはん	そぼろ納豆	小松菜のお浸し フルーツ	わかめのすまし汁	もっちーず	
28	火	ごはん	タンドリーチキン	ツナサラダ フルーツ	じゃが芋のみそ汁	ミニたい焼き	
29	水	ごはん	さんまの生姜煮	ほうれん草としらすの和え物 フルーツ	厚揚げのみそ汁	焼うどん	
30	木	麺	野菜ラーメン	ひじきサラダ チーズ、フルーツ	麦茶	菜飯おにぎり	

※仕入れの都合により献立が変更になる場合があります。 ※午後のおやつには牛乳が付きません。