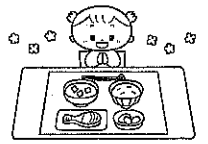


11月の献立 盛こども園

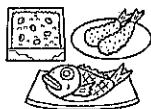


	日(月)	日(火)	1日(水)	2日(木)	3日(金)	4日(土)
昼食			〈完全給食〉 中華丼 豆腐スープ バナナ	鶏肉と大豆の 揚げ煮 大根汁 オレンジ	〈文化の日〉	スパゲティ スープ
15時			牛乳 ロールパン	牛乳 おにぎり		麦茶 せんべい
	6日(月)	7日(火)	8日(水)	9日(木)	10日(金)	11日(土)
昼食	豚肉の マーマレード焼き コールスローサラダ マカロニスープ	たらの甘酢あん 白菜サラダ かぼちゃのみそ汁	〈完全給食〉 カレーうどん ひじきサラダ みかん	ポークビーンズ 肉だんごスープ りんご	鮭のすりみ汁 ビーフン炒め バナナ	11月11日は 鯉の日 〈希望保育〉
15時	牛乳 さつまいも蒸しパン	牛乳 ビスケット	牛乳 たべる煮干し カルシウムせんべい	麦茶 スティックごぼう	麦茶 ヨーグルト	
	13日(月)	14日(火)	15日(水)	16日(木)	17日(金)	18日(土)
昼食	鶏のから揚げ ほうれん草の炒め 白菜と春雨の スープ	ぶりの照り焼き かぶのサラダ えのきのみそ汁	七五三 〈完全給食〉 お赤飯 お煮しめ すまし汁 ミニゼリー	松風焼き ゆでブロッコリー いなか汁 オレンジ	酢豚 スパゲティサラダ みかん	〈生活発表会〉
15時	牛乳 おにぎり	牛乳 ピザトースト	牛乳 ふかしもち	麦茶 きなこだんご	牛乳 せんべい	
	20日(月)	21日(火)	22日(水)	23日(木)	24日(金)	25日(土)
昼食	焼肉 中華サラダ わかめスープ	鮭の ちゃんちゃん焼き のっぺい汁 りんご	〈完全給食〉 炊き込みご飯 マカロニサラダ すまし汁 みかん	〈勤労感謝の日〉	ちくわの 磯辺揚げ 酢の物 小松菜のみそ汁 オレンジ	11月24日は 和食の日 〈希望保育〉
15時	麦茶 大学芋	牛乳 こめ棒	牛乳 チーズ蒸しパン		牛乳 なべやき	
	27日(月)	28日(火)	29日(水)	30日(木)	日(金)	日(土)
昼食	鶏肉の照り焼き きのこ 野菜のソテー 白菜のみそ汁	豆腐カレースープ 切干大根と ひじきのサラダ バナナ	誕生会 〈完全給食〉 チキンライス さつまいもサラダ スパゲティスープ ゼリー	五目納豆 肉豆腐 かぶのみそ汁	旬の食材 かぶ 大根 白菜 きのこと ごぼう れんこん さつまいも さば ぶり 鮭 りんご	
15時	牛乳 ドーナツ	牛乳 干し芋	麦茶 おしるこ	牛乳 ジャムサンド		

・献立は都合により変更になる場合がございます。ご了承ください。 ・今月の平均栄養量は438kcal、1日の平均塩分量は1.9gです。

七五三に縁起のよい食べ物

子どもの成長を祝う七五三では、縁起のよい食べ物を用意するといいいでしょう。赤飯や、尻頭つきのタイやエビなど赤い食べ物には厄よけの意味があります。



11月24日は「和食の日」

ごはん、みそ汁、主菜、副菜のおかずという和食は、栄養バランスが整っています。和食を味わい、その魅力を感じ、日本の食文化について考える機会にはいかがですか。

