令和5年度　11月の献立

月	火	水	木	金	土
		1 **お弁当の日** 八宝菜 （豚肉　エビ　椎茸　小松菜） もやしのナムル （春雨　きゅうり　人参） 中華スープ （玉ねぎ　人参　大根） 10時 牛乳 みかん缶　3時 牛乳/スキム (手)黒糖蒸しパン	2 ポークピカタ （豚肉　卵） ひじきの和風サラダ （ひじき　きゅうり　コーン） 味噌汁 （油揚げ　人参　玉ねぎ） 10時 牛乳 バナナ　3時 牛乳/スキム 梨/ミレービスケット	3 **文化の日** 	4 和風パスタ （ベーコン　しめじ　ほうれん草） 梨 10時 牛乳 キウイ　3時 牛乳/お茶 お菓子　果物
6 鶏のレモン焼き （鶏肉　レモン） キャベツのごま和え （キャベツ　油揚げ　人参） 味噌汁 （豆腐　玉ねぎ　人参） 10時 牛乳 キウイ　3時 牛乳/スキム (手)マドレーヌ	7 ミートローフ （豚ミンチ　玉ねぎ　人参） フレンチサラダ （キャベツ　人参　ハム） コンソメスープ （キャベツ　人参　玉ねぎ） 10時 牛乳 バナナ　3時 牛乳/スキム りんご/ハッピーラムネ	8 魚のフライタルタルソース添え （未:白身魚　以:アジ） 春雨の酢の物 （春雨　ハム　きゅうり） 味噌汁 （しめじ　人参　小松菜） 10時 牛乳 みかん缶　3時 牛乳/スキム (手)さつま芋のケーキ	9 からあげ （鶏肉　生姜　ニンニク） スパゲッティサラダ （パスタ　人参　ハム　きゅうり） わかめスープ （わかめ　しめじ　人参） 10時 牛乳 キウイ　3時 牛乳/スキム みかん/ニ色せんべい	10 **お弁当の日** ひき肉カレー （豚肉　人参　玉ねぎ） コーンサラダ （コーン　人参　きゅうり） 10時 牛乳 バナナ　3時 牛乳/スキム 梨/星っこ	11 **運動会**
13 豆腐ハンバーグ （鶏ミンチ　豆腐　ひじき） オーロラサラダ （ハム　人参　キャベツ　） 味噌汁 （しめじ　人参　玉ねぎ） 10時 牛乳 みかん缶　3時 牛乳/スキム (手)チーズ蒸しパン	14 ポークケチャップ （豚肉　玉ねぎ） マカロニサラダ （マカロニ　ハム　きゅうり） すまし汁 （小松菜　お麸　人参） 10時 牛乳 キウイ　3時 牛乳/スキム みかん/べじかりん	15 タンドリーチキン （鶏肉　ヨーグルト） チョレギサラダ （レタス　人参　ごま） 卵スープ （玉ねぎ　人参　卵） 10時 牛乳 バナナ　3時 牛乳/スキム (手)大学芋	16 キノコオムレツ （しめじ　エリンギ　エノキ） コールスロー （キャベツ　人参　ハム） コンソメスープ （キャベツ　人参　玉ねぎ） 10時 牛乳 みかん缶　3時 牛乳/スキム りんご/メープルかりんとう	17 **パンの日** クリームシチュー （鶏肉　人参　玉ねぎ　じゃが芋） シーザーサラダ （レタス　ハム　人参） 10時 牛乳 キウイ　3時 牛乳/スキム (手)クッキー	18 ミートスパゲッティ （豚ミンチ　玉ねぎ　人参） みかん 10時 牛乳 バナナ　3時 牛乳/お茶 お菓子　果物
20 れんこんのはさみ揚げ （れんこん　鶏ミンチ　椎茸） 小松菜の煮浸し （小松菜　油揚げ　人参） 味噌汁 （豆腐　玉ねぎ　大根） 10時 牛乳 みかん缶　3時 牛乳/スキム (手)さつまチップス	21 鶏のコーン焼き （鶏肉　玉ねぎ　コーン） 大根サラダ （大根　人参　かにかま） コンソメスープ （玉ねぎ　人参　しめじ） 10時 牛乳 バナナ　3時 牛乳/スキム りんご/プチステック	22 **お誕生日会** 	23 **勤労感謝の日** 	24 ポークソテー （豚肉） さつま芋の煮物 （鶏ミンチ　サツマイモ） 味噌汁 （わかめ　人参　玉ねぎ） 10時 牛乳 みかん缶　3時 牛乳/スキム バナナ/花せんべい	25 親子うどん （鶏肉　卵　人参　玉ねぎ） バナナ 10時 牛乳 みかん缶　3時 牛乳/お茶 お菓子　果物
27 肉豆腐 （豚肉　人参　豆腐） 納豆和え （納豆　きゅうり　人参） 味噌汁 （お麸　人参　玉ねぎ） 10時 牛乳 バナナ　3時 牛乳/スキム (手)レモンケーキ	28 **麺の日** ジャージャー麺 （豚肉　玉ねぎ　人参　） りんご 10時 牛乳 みかん缶　3時 牛乳/スキム みかん/プチマシュマロ	29 魚のおろし和え （未:白身魚　以:アジ） かにかま炒め （かにかま　キャベツ　しめじ） 味噌汁 （さつま芋　玉ねぎ　人参） 10時 牛乳 バナナ　3時 牛乳/スキム (手)ココアスノーボール	30 チキン南蛮 （鶏肉　玉ねぎ　卵） キャベツとちくわの和え物 （キャベツ　人参　ちくわ） わかめスープ （わかめ　人参　玉ねぎ） 10時 牛乳 みかん缶　3時 牛乳/スキム バナナ/プチスティック	＜お誕生日会＞ かやくごはん　ミートボール ウインナー　さつまいもサラダ コンソメスープ　みかん	

※お弁当の日はひばり・つばめ・はと組さんのみお弁当を持参してください。