

11月 おしょくじカレンダー

離乳食¹¹ 完了

市野谷つばさ保育園

曜日	月	火	水	木	金	土		
日			1	2	3	4		
乳児			牛乳 菓子		麦茶 ヨーグルト			
屋食	11月お誕生日を迎えるお友達(幼児)の☆お名前とのお子さんが☆リクエストしてくれたメニューが入っています。(日には前後することもありますので、ご了承ください。)		<ul style="list-style-type: none"> ・ゆかりご飯 ・鶏肉と高野豆腐の煮物 ・さつまいもの甘煮 ・キウイフルーツ ・切干大根の味噌汁 		<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・肉豆腐 ・ごぼうのごま酢和え ・かぼちゃサラダ ・とろろ昆布汁 			
おやつ			牛乳 お麩ラスク		牛乳 チーズ蒸しパン			
日	6	7	8	9	10	11		
乳児	牛乳 菓子		麦茶 ヨーグルト		麦茶 ヨーグルト			
屋食	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・豚肉のアップルジンジャー ・れんこんサラダ ・ほうれん草の白和え ・なめこの味噌汁 		<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・鶏肉の香味かけ ・にんじんと油揚げの煮物 ・フロッコリーのごま和え ・わかめスープ 		<ul style="list-style-type: none"> ・きのこご飯 ・たらのみそ焼き ・マカロニソテー ・オレンジ ・豆腐のすまし汁 			
おやつ	牛乳 五平餅		牛乳 菓子		牛乳 肉まん			
日	13	14	15	16	17	18		
乳児	牛乳 菓子		牛乳 菓子		麦茶 ヨーグルト			
屋食	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・鶏の照り焼き ・高野豆腐の煮物 ・オレンジ ・玉ねぎと人参の味噌汁 		<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・鮭のみみじ焼き ・ピーマン炒め ・切干大根サラダ ・かぶのすまし汁 		<ul style="list-style-type: none"> ★ミートソーススパゲッティ ・ポテトサラダ ・ほうれん草のソテー ・コーンクリームスープ 			
おやつ	牛乳 ホットケーキ		麦茶 フルーツヨーグルト		牛乳 マーガリンジャムサンド			
日	20	21	22	23	24	25		
乳児	牛乳 菓子		麦茶 ヨーグルト		牛乳 菓子			
屋食	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・鶏肉のネギソース ★オレンジ(ゆなちゃん) ・フロッコリーと南瓜のごまマヨ和え ・わかめのすまし汁 		<ul style="list-style-type: none"> ・ホットドック ・クリームシチュー ・コールスロー ・バナナ 		<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ★ハンバーグ(みおちゃん) ・ひじきの煮物 ・キャベツサラダ ・春雨スープ 			
おやつ	牛乳 ドロップクッキー		牛乳 パフェ		牛乳 ラスク			
日	27	28	29	30	<p>実りの秋には、きのこや木の実、根菜類など消化器系の働きを活発にしてくれる食材が豊富です。朝晩が冷え込み空気も乾燥しやすいので、皮膚や粘膜を強化するビタミンAやカロテンを多く含む食材(南瓜や小松菜などの緑黄色野菜)を摂る他、胃腸の働きを高め体を温める根菜類など滋養豊かな食材で免疫力を高めましょう。</p> 			
乳児	牛乳 菓子		麦茶 ヨーグルト				麦茶 ヨーグルト	
屋食	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・肉じゃが ・春雨のマヨサラダ ・きりざい ・白菜スープ 		<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・チキングラタン ・ごぼうとキャベツの磯和え ・オレンジ ・玉ねぎと人参のすまし汁 				<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・豚肉と野菜のケチャップ煮 ・もやしとちくわの五色和え ・キウイフルーツ 	
おやつ	牛乳 マカロニあべかわ		牛乳 ココアケーキ		牛乳 お菓子 バナナ			
日								
乳児	牛乳 菓子		麦茶 ヨーグルト		麦茶 ヨーグルト			
屋食	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・肉じゃが ・春雨のマヨサラダ ・きりざい ・白菜スープ 		<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・チキングラタン ・ごぼうとキャベツの磯和え ・オレンジ ・玉ねぎと人参のすまし汁 		<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・赤魚の煮つけ ・卵の花 ・きゅうりとわかめの酢の物 ・麩の味噌汁 			
おやつ	牛乳 マカロニあべかわ		牛乳 ココアケーキ		牛乳 味噌うどん			

* 行事や材料の都合により、献立を変更することがありますので、ご了承ください。

○は乳児のみ、△は幼児のみの献立となっております。