



11月の献立表



わくわくの森保育園

日	曜日	午前おやつ (未満児)	離乳食	昼食	午後おやつ	午後おやつ (離乳食)
1	金	スキムミルク	ほうれん草ソテー	かやくごはん、ポパイサラダ、味噌汁、カップゼリー	マカロニあべ川牛乳	ベビーダノン
2	土		野菜おじや	カレーライス、オレンジゼリー、味噌汁、麦茶	菓子 野菜ジュース	乳児用菓子
3	日		ベヒーランチ (月齢に応じて)	中華丼、バナナ、味噌汁、麦茶	菓子 野菜ジュース	乳児用菓子
4	月		ベヒーランチ (月齢に応じて)	ハヤシライス、ヨーグルト、味噌汁、麦茶	菓子 野菜ジュース	乳児用菓子
5	火		ツナソテー	ツナピラフ、春雨と挽肉の炒め物、味噌汁	りんごとさつま芋のマフィン、牛乳	さつま芋蒸しパン
6	水	スキムミルク	魚のほぐし煮	ロールパン、魚のあけぼの焼き、切干し大根の酢の物、スープ	焼きおにぎり牛乳	スティックパン
7	木		煮込みうどん	ちゃんぽん風うどん、さつま芋の甘煮、オレンジ	ブルーベリークッキー牛乳	オレンジ
8	金		ほうれん草ソテー	ベーコンときのこの混ぜご飯、ほうれん草の胡麻和え、すまし汁	ヨーグルトムース	ベビーダノン
9	土		野菜おじや	ハヤシライス、ヨーグルト、味噌汁、麦茶	菓子 野菜ジュース	乳児用菓子
10	日		ベヒーランチ (月齢に応じて)	親子丼、バナナ、味噌汁、麦茶	菓子 野菜ジュース	乳児用菓子
11	月		ポテトの甘煮	食パン、じゃが芋の落とし揚げ、フレッシュサラダ、スープ	りんご、牛乳	りんご
12	火		かぼちゃのマッシュ	かぼちゃ御飯、豚肉の味噌炒め、すまし汁	ましゅまろおこし牛乳	乳児用菓子
13	水	スキムミルク	煮込みパスタ	卵とウィンナーのスパゲッティ、バリバリサラダ、スープ、みかん缶	おやつスティック牛乳	米粉メーブルマフィン
14	木		白菜のコンソメ煮	切り昆布の混ぜご飯、白菜とベーコンのコンソメ煮、味噌汁	焼きサンド牛乳	ミルクパン
15	金		肉団子	七五三お祝い御膳	プリン・ア・ラモード	みかんシロップ漬け
16	土		野菜おじや	五目うどん、オレンジゼリー、バナナ、麦茶	菓子 野菜ジュース	乳児用菓子
17	日		ベヒーランチ (月齢に応じて)	カレーライス、バナナ、味噌汁、麦茶	菓子 野菜ジュース	乳児用菓子
18	月		野菜の和風煮	洋風御飯、ホイコーロー、味噌汁、カップゼリー	豆腐ドーナツ牛乳	豆腐ケーキ
19	火		魚のホワイトソースがけ	白飯、魚の胡麻フライ、根菜のトマト煮、すまし汁	たこ焼き	米粉メーブルマフィン
20	水	スキムミルク	ほうれん草ソテー	食パン、チキンマカロニグラタン、わかめサラダ、スープ	ぶどうゼリー	ぶどうゼリー
21	木		煮込みうどん	味噌うどん、フルーツヨーグルト、スティックチーズ	ポテト洋風おやき牛乳	ポテトおやき
22	金		スクランブルエッグ	豚挽肉とキャベツのチャーハン、チンジャオロース、味噌汁	菓子、牛乳	乳児用菓子
23	土			<第1回 保育発表会>		
24	日		ベヒーランチ (月齢に応じて)	ハヤシライス、バナナ、味噌汁、麦茶	菓子 野菜ジュース	乳児用菓子
25	月		魚のほぐし煮	【和食を食べよう!!】 白飯、魚の照り焼き、枝豆入りひじきの煮物、かぼちゃの甘煮、けんちん汁	あずきクリームケーキ牛乳	バナナ
26	火		スクランブルエッグ	【以上児】秋の遠足 【未満児】枝豆御飯、青菜チャンプルー、味噌汁	カルシウムトースト牛乳	スティックパン
27	水	スキムミルク	挽肉と野菜の煮物	納豆と挽肉の甘辛丼、パンパンジー、すまし汁	みかん、菓子	みかん
28	木		野菜おじや	米粉パン、クリームシチュー、海藻サラダ、りんご	ケーキ	いちごスティック
29	金		煮込みパスタ	ナポリタン、チキンナゲット、ブロッコリー、スープ	【おにぎりday】 わかめ御飯、麦茶	米粉メーブルマフィン
30	土		野菜おじや	カレーライス、ヨーグルト、味噌汁、麦茶	菓子 野菜ジュース	乳児用菓子

〈今月の目標〉

- ・うがい、手洗いをこまめに行い、風邪予防に心掛けましょう。
- ・配膳、片付けなどを手伝い、食事作りに関心をもちましょう。



〈今月のお楽しみ〉

- ・15(金)は、「七五三お祝い膳」です!
- ・11月24日は「11(いい)24(日本食)」の日です!
25(月)には一汁三菜を取り入れた献立を出します☆彡
- ・28(木)は、「11月誕生者 HappyDay」です!
クリームシチューとケーキでお祝いします♡
- ・29(金)は「おにぎり day」です♪

★ムーン組・マーズ組では、チョコ・カスタードは使用していません。その代わりに代替品のものを提供しています。

★マーズ組では、後半から進級に向けて食べる機会を増やしていきます。