

11月の幼児食

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前					1	2
昼食					ご飯 擬製豆腐 蒸し鶏とブロッコリーの和え物 白菜のすまし汁 ハイン缶	
午前	4	5	6	7	8	9
昼食	文化の日 振替休日 	ご飯 鮭のごま味噌焼き ちくわと青菜のさっと煮 けんちん汁 バナナ	食パン 鶏肉のきのこトマトソースかけ 豆乳みそスープ 梨	ご飯 揚げ豆腐の和風あんかけ きゅうりともやしの酢の物 じゃがいものみそ汁 オレンジ	ご飯 ぶりの角煮 れんこんとひじきのサラダ にらのみそスープ バナナ	
午前	11	12	13	14	15	16
昼食	きのことベーコンの和風パスタ 豆腐とわかめの中華スープ 柿	ご飯 さばの塩焼き こまつなの海苔和え さつまいもとしめじのみそ汁 梨	ご飯 厚揚げと豚肉のみそ煮 はるさめサラダ 中華スープ バナナ	ご飯 肉豆腐 小松菜とちくわのごまマヨ和え かぶのみそ汁	ご飯 タラのホイル焼き にんじんしりしり えのきのみそ汁 みかん	
午前	18	19	20	21	22	23
昼食	大豆キーマカレー コールスローサラダ わかめスープ オレンジ	食育ごはん 豚ブルコギ きゅうりとわかめのしらす和え じゃがいものチヂミ 白菜のみそ汁 みかん	ご飯 鶏のから揚げ 切干し大根のサラダ なめこのみそ汁 ハイン缶	ご飯 豆腐の中華煮 かぼちゃの素焼き なめこのみそ汁 バナナ	納豆ごはん さけの塩焼き キャベツのしらす和え 青菜とえのきのみそ汁 梨	勤労感謝の日 
午前	25	26	27	28	29	30
昼食	マーボー丼 もやしのナムル はるさめと海苔のスープ 柿	さつまいご飯 さわらのもみじ焼き ほうれん草の納豆和え わかめのみそ汁 バナナ	肉うどん かぼちゃの甘辛焼き	ご飯 スタミナ納豆 昆布の煮物 切り干し大根のみそ汁 梨	ご飯 鶏肉のオーロラソース添え さつまいもとちくわのみそ汁 白菜の煮びたし ハイン缶	

☆発注や園の行事などにより献立が変更になる場合がございますのでご了承ください。
 ☆寒くなってきましたね。体を温めて沢山食べ、免疫が下がらないように頑張りましょう！



今月のおすすめメニュー ～大豆キーマカレー～

大豆には子どもの成長に欠かせない、たんぱく質が豊富に含まれています。
 カレーの中に大豆の水煮を刻んで入れるだけで、栄養価が一気にアップします。
 キーマカレーに入れると大豆の触感が目立ちにくく、とってもおいしく食べられます♪

