	げつようび	かようび	すいようび	もくようび	きんようび	どようび
	В	В	В	В	В	18
午前おやつ				M not	11月の予定栄養摂取量	
お昼	おしらせ				エネルギー 418kcal たんぱく質 21.6 g 脂質 17.1 g	・ 未満児・ ・ お楽しみ会・
午後おやつ 夕食のおすすめ	※27日(木)は誕生会です。3歳以上児さんは、おはし・お茶コップを持ってきてください。 ※都合により献立が変更になる事があります。				塩分 1.9 g	
	3⊟	4⊟	5⊟	6日(あやめクッキング)	7⊟	8日
午前おやつ		ヨーグルト	豆乳・お菓子	ヨーグルト	牛乳・お菓子	
	SPAB	 豆腐の中華あん	 鶏肉とじゃが芋あげからめ	 豚肉のすきやき煮	 鮭の塩焼き	
お昼	(357C)	かぼちゃの煮物	白菜のなめ茸和え	 納豆サラダ	野菜のうま煮	希望保育
		なめこ汁・オレンジ	 韓国風卵スープ・パイナップル	 味噌汁・バナナ	豚汁・オレンジ	(お弁当&おやつ)
午後おやつ		ほうじ茶・豚肉と生姜のご飯	+乳・なべ焼き	牛乳・フレンチトースト	ヨーグルト・ホームパイ	
夕食のおすすめ		さんまの塩焼き	カレーライス	具だくさんオムレツ	豚肉の照り煮	V.2
	10日	11日	12日	13⊟	14日	15⊟
午前おやつ	ヨーグルト	豆乳・お菓子	牛乳・お菓子	ヨーグルト	牛乳・お菓子	麦茶・お菓子
	高野豆腐のきのこあんかけ	さばの味噌だれがけ	タンドリーチキン	親子煮	ささかまフライ	焼肉丼
お昼	もやしと胡瓜の酢の物	大根の梅ドレッシング	ブロッコリーとじゃこの和え物	おからサラダ	ひじきとれんこんのサラダ	味噌汁
	味噌汁・バナナ	ほうとう汁・パイナップル	きのこの豆乳スープ・りんご	味噌汁・オレンジ	田舎汁・パイナップル	バナナ
午後おやつ	牛乳・ジャムサンド	牛乳・りんごのケーキ	三陸磯ラーメン	ほうじ茶・ビビンバおにぎり	ヨーグルト・せんべい	
夕食のおすすめ	焼売	白菜と鶏だんご鍋	煮魚	ミートソーススパゲッティ	ほっけの磯辺焼き	
	17日	18⊟	19日	20日	21日	22日
午前おやつ	ヨーグルト	豆乳・お菓子	ヨーグルト	牛乳・お菓子	牛乳・お菓子	
	もやしと厚揚げの坦々炒め	赤魚の生姜焼き	ごぼうの味噌煮	オムレツ	塩こんぶとチーズのつくね	
お昼	切干大根の中華和え	カミカミサラダ	五目納豆	根菜和風ラタトゥユ	金平ごぼう	希望保育
	味噌汁・オレンジ	キムチ鍋風スープ・パイナップル	すまし汁・バナナ	カレースープ・オレンジ	味噌汁・パイナップル	(お弁当&おやつ)
午後おやつ	牛乳・米粉のスイートポテト	牛乳・焼きそば	牛乳・ウインナーとコーンのピザ	ジョア・バナナココア蒸しパン	ヨーグルト・せんべい	
夕食のおすすめ	きのこの炊き込みごはん	鶏肉の塩麹焼き	厚揚げと豚肉の炒め物	ぶり大根	オムライス	
	24⊟	25⊟	26日(絵本給食)	27日(誕生会)	<i>5</i> • \ 28⊟	29⊟
午前おやつ		ヨーグルト	牛乳・お菓子	麦茶・お菓子	サーク サ乳・お菓子	
		味噌だれチキンバーグ	たらのおろしがけ	おにぎり(ひじき・きつね)	肉団子と野菜のケチャップ炒め	
お昼	振替休日	チンゲン菜のざっと煮	切干大根のカレーソテー	鶏肉の立田焼き・お浸し	中華和え	🍠 以上児 😯
		ポトフ・オレンジ	味噌汁・りんご	寄せ鍋汁・ヤクルト	春雨スープ・パイナップル	🙀 お楽しみ会 🃜
午後おやつ		牛乳・いちごスティックケーキ	ほうじ茶・チャーハン	牛乳・カレードック	ヨーグルト・せんべい	*
夕食のおすすめ		コーンクリームシチュー	おでん	焼き魚	味噌ラーメン	