



# 11月の献立表

	10時おやつ	献立名	材料名			3時のおやつ
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
1 (火)	麦茶 マンナ	キャロット粥 鶏肉の煮物 スープ	米・豆腐	鶏肉	玉葱・キャベツ・きゅうり わかめ	麦茶 ゼリー
2 (水)	麦茶 ハイハイン	煮込みうどん 温野菜 リンゴ	ゆでうどん	鶏肉	玉葱・人参・キャベツ かぶ・きゅうり・リンゴ	麦茶 ゼリー
3 (木)		～文化の日～				
4 (金)	麦茶 バナナ	豆腐と豚肉の煮物 温野菜 スープ                    おかゆ	米・豆腐	豚肉	玉葱・人参・きゅうり もやし・わかめ	麦茶 蒸しパン
5 (土)	麦茶 ハイハイン	スープスパゲティ スティックきゅうり 麦茶	スパゲティ	鶏肉	玉葱・人参・きゅうり	
7 (月)	麦茶 さつま芋	煮込みうどん 温野菜	ゆでうどん	鶏肉	人参・キャベツ・小松菜 きゅうり	麦茶 お野菜せんべい
8 (火)	麦茶 ボーロ	ベビーハヤシ 温野菜 バナナ	米	豚肉	玉葱・人参・大根 きゅうり・バナナ	麦茶 鉄入りビスケット
9 (水)	麦茶 ハイハイン	炒り豆腐 温野菜 みそ汁                    おかゆ	米・豆腐・味噌		玉葱・人参・キャベツ きゅうり・わかめ	麦茶 蒸しパン
10 (木)	麦茶 小魚せんべい	食パン 鶏肉の照り焼き スープ	食パン	鶏肉	玉葱・人参・ブロッコリー わかめ	麦茶 お野菜リング
11 (金)	麦茶 リンゴ	納豆 じゃが芋の煮物 みそ汁                    おかゆ	米・納豆・じゃがいも・味噌		玉葱・キャベツ・きゅうり もやし・わかめ	麦茶 お野菜せんべい
12 (土)	麦茶 ハイハイン	野菜粥 きゅうり 麦茶	米	しらす	玉葱・人参・キャベツ きゅうり	
14 (月)	麦茶 ウエハース	煮込みうどん 温野菜	ゆでうどん	鶏肉	玉葱・人参・キャベツ 小松菜・きゅうり・もやし	麦茶 バナナ
15 (火)	麦茶 お野菜せんべい	そばろ煮 温野菜 すまし汁                    おかゆ	米	鶏挽肉	玉葱・人参・ほうれん草 もやし・わかめ	麦茶 かぼちゃクッキー



# 11月の献立表

	10時おやつ	献立名	材料名			3時のおやつ
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
16 (水)	麦茶 リンゴ	さつまいも粥 鶏団子の煮物 みそ汁	米・さつまいも・味噌・豆腐	鶏挽肉	人参・もやし・きゅうり	麦茶 やさしいクッキー
17 (木)	麦茶 マンナ	食パン 温野菜 具だくさん汁      バナナ	食パン・里芋	鶏肉	人参・大根・ブロッコリー もやし・きゅうり・バナナ	麦茶 さつまいも
18 (金)	麦茶 ボーロ	煮込みハンバーグ 温野菜 スープ                      おかゆ	米	豚肉	玉葱・人参・キャベツ もやし・きゅうり・わかめ	麦茶 お野菜リング
19 (土)	麦茶 ハイハイン	スープスパゲティ きゅうり 麦茶	スパゲティ	鶏肉	玉葱・人参・きゅうり	
21 (月)	麦茶 バナナ	そばろ粥 温野菜 みそ汁	米・味噌	鶏挽肉	ほうれん草・人参 きゅうり・もやし・玉葱	麦茶 さつまいも
22 (火)	麦茶 お野菜せんべい	肉じゃが 温野菜                              おかゆ	米・じゃがいも	豚肉	玉葱・人参・キャベツ きゅうり	麦茶 蒸しかぼちゃ
23 (水)		～勤労感謝の日～				
24 (木)	麦茶 やさしいクッキー	食パン リンゴ 野菜スープ	食パン・じゃがいも		玉葱・人参・キャベツ もやし・リンゴ	麦茶 しらす粥
25 (金)	麦茶 ハイハイン	鶏肉の煮物 温野菜 みそ汁                              おかゆ	米・豆腐・味噌	鶏肉	玉葱・人参・きゅうり	麦茶 小魚せんべい
26 (土)		～お遊戯会～				
28 (月)	麦茶 ボーロ	鶏肉と里芋の煮物・納豆 温野菜 みそ汁                              おかゆ	米・納豆・里芋・味噌	鶏肉	大根・人参・きゅうり もやし・玉葱	麦茶 蒸しパン
29 (火)	麦茶 小魚せんべい	味噌煮込みうどん 温野菜	ゆでうどん・じゃがいも	鶏肉	玉葱・人参・キャベツ きゅうり	麦茶 バナナ
30 (水)	麦茶 ウエハース	豚肉と野菜の煮物 温野菜 スープ                              おかゆ	米・豆腐	豚肉	白菜・玉葱・人参 もやし・きゅうり・わかめ	麦茶 蒸しパン



