



# 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 (水)	麦茶 ウエハース	鶏肉の煮物 マカロニサラダ バナナ おかゆ	米・マカロニ	鶏肉	きゅうり・人参・バナナ	麦茶 かぼちゃ
2 (木)	麦茶 マンナ	松風焼き 温野菜 すまし汁 おかゆ	米・豆腐・ふ	鶏挽肉	玉葱・人参・もやし きゅうり	麦茶 蒸しパン
3 (金)		～文化の日～				
4 (土)	麦茶 ハイハイン	野菜がゆ きゅうり 麦茶	米	しらす	キャベツ・玉葱・人参 きゅうり	
6 (月)	麦茶 さつま芋	煮込みうどん 温野菜	ゆでうどん	鶏肉	玉葱・人参・キャベツ かぶ・きゅうり	麦茶 お豆腐パン
7 (火)	麦茶 ボーロ	マーボー豆腐 温野菜 スープ おかゆ	米・豆腐	豚挽肉	人参・もやし・きゅうり 玉葱・わかめ	麦茶 かぼちゃクッキー
8 (水)	麦茶 小魚せんべい	鶏肉の煮物 温野菜 スープ おかゆ	米・ふ	鶏肉	玉葱・人参・キャベツ きゅうり・もやし	麦茶 ゼリー
9 (木)	麦茶 鉄入りビスケット	食パン ブロッコリーサラダ すいとん	食パン・すいとん	鶏肉	大根・人参・ブロッコリー もやし・きゅうり	麦茶 バナナ
10 (金)	麦茶 ボーロ	豚肉のみそ煮 温野菜 スープ おかゆ	米・みそ・豆腐	豚肉	キャベツ・玉葱・人参 もやし・きゅうり	麦茶 キャロット蒸しパン
11 (土)	麦茶 ハイハイン	パン ゼリー 麦茶	パン		ゼリー	
13 (月)	麦茶 ウエハース	ベビーハヤシ 温野菜 おかゆ	米	豚肉	玉葱・人参・大根 きゅうり	麦茶 さつまいも
14 (火)	麦茶 小魚せんべい	けんちんうどん 温野菜	ゆでうどん・豆腐	鶏肉	大根・人参・キャベツ もやし・きゅうり	麦茶 お野菜リング
15 (水)	麦茶 お野菜せんべい	そばろがゆ 温野菜 すまし汁	米・豆腐・ふ	鶏挽肉	人参・ほうれん草・もやし きゅうり	麦茶 鉄入りビスケット

