



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 (金) | 麦茶 ウエハース | 肉じゃが 温野菜 みそ汁 納豆 おかゆ | 米・じゃが芋・豆腐・納豆 みそ | 豚肉 | 玉葱・人参・小松菜 きゅうり・もやし・わかめ | 麦茶 蒸しパン |
| 2 (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 | |
| 5 (火) | 麦茶 小魚せんべい | 鶏肉の煮物 温野菜 みそ汁 おかゆ | 米 | 鶏肉 | 玉葱・もやし・人参 きゅうり・キャベツ | 麦茶 鉄入りビスケット |
| 6 (水) | 麦茶 ボーロ | さつまいもがゆ 鶏団子の煮物 ミニゼリー | 米・さつまいも | 鶏挽肉 | 人参・玉葱・きゅうり ミニゼリー | 麦茶 お野菜ボーロ |
| 7 (木) | 麦茶 かぼちゃクッキー | 豆腐の煮物 温野菜 スープ おかゆ | 米・豆腐 | 豚肉 | 人参・大根・きゅうり 玉葱・わかめ | 麦茶 蒸しパン |
| 8 (金) | 麦茶 さつまいも | 煮込みうどん 温野菜 | ゆでうどん | 鶏肉 | 玉葱・人参・キャベツ もやし・きゅうり | 麦茶 バナナ |
| 9 (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 | |
| 11 (月) | 麦茶 ウエハース | ベビーハヤシ 温野菜 | 米 | 豚肉 | 玉葱・人参・大根 きゅうり | 麦茶 かぼちゃクッキー |
| 12 (火) | 麦茶 バナナ | 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 きゅうり・もやし | 麦茶 さつまいも |
| 13 (水) | 麦茶 お野菜せんべい | 鶏肉の煮物 温野菜 スープ おかゆ | 米 | 鶏肉 | 人参・キャベツ・きゅうり もやし・わかめ | 麦茶 蒸しパン |
| 14 (木) | 麦茶 お野菜ボーロ | 食パン 炒り豆腐 スープ | 食パン・豆腐 | しらす | 玉葱・キャベツ・人参 もやし | 麦茶 ボーロ |
| 15 (金) | 麦茶 マンナ | そばろ煮 温野菜 すまし汁 おかゆ | 米・ふ | 鶏挽肉 | 人参・玉葱・小松菜 もやし・きゅうり・わかめ | 麦茶 やさしいクッキー |
| 16 (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 | |



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 | |
| 18 (月) | 麦茶 ボーロ | じゃが芋の煮物 納豆 温野菜 みそ汁 おかゆ | 米・じゃが芋・納豆・豆腐 みそ | しらす | 玉葱・人参・キャベツ きゅうり・わかめ | 麦茶 食パン |
| 19 (火) | 麦茶 小魚せんべい | そばろ煮 温野菜 スープ おかゆ | 米 | 豚挽肉 | キャベツ・人参・もやし きゅうり・玉葱 | 麦茶 鉄入りビスケット |
| 20 (水) | 麦茶 マンナ | けんちんうどん 温野菜 | ゆでうどん・豆腐 | 鶏肉 | 大根・人参・きゅうり | 麦茶 さつまいも |
| 21 (木) | 麦茶 バナナ | キャロットがゆ 温野菜 鶏肉の煮物 スープ | 米・じゃが芋・ふ | 鶏肉 | 玉葱・人参・きゅうり もやし | 麦茶 かぼちゃクッキー |
| 22 (金) | 麦茶 お野菜せんべい | 煮込みハンバーグ 温野菜 スープ おかゆ | 米 | 豚挽肉 | 玉葱・人参・キャベツ もやし・きゅうり・わかめ | 麦茶 蒸しパン |
| 25 (月) | 麦茶 ウエハース | そばろがゆ 温野菜 みそ汁 | 米・みそ | 鶏挽肉 | ほうれん草・もやし・大根 きゅうり・玉葱・人参 | 麦茶 ふかし芋 |
| 26 (火) | 麦茶 さつま芋 | 煮込みうどん 温野菜 バナナ | ゆでうどん | しらす | 人参・玉葱・大根 きゅうり | 麦茶 お野菜ボーロ |
| 27 (水) | 麦茶 マンナ | 肉じゃが 温野菜 おかゆ | 米・じゃが芋 | 豚肉 | 玉葱・人参・キャベツ きゅうり | 麦茶 かぼちゃクッキー |
| 28 (木) | 麦茶 小魚せんべい | 食パン 温野菜 マカロニ煮 スープ | 食パン・マカロニ | 鶏肉 | 玉葱・人参・キャベツ もやし・ブロッコリー | 麦茶 しらすがゆ |
| 29 (金) | 麦茶 ボーロ | 鶏肉の煮物 温野菜 みそ汁 おかゆ | 米・豆腐・みそ・マカロニ | 鶏肉 | 人参・玉葱・きゅうり もやし | 麦茶 お野菜せんべい |
| 30 (土) | | ～おゆうぎかい～ | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |