



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 やさしいもクッキー
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～				