



# 11月の献立表



日	曜	昼 食	未満児献立	お や つ	6時のおやつ
1	月	ごはん、味噌汁、納豆ボール、梅和え、オレンジ		豆乳ヨーグルトケーキ	せんべい
2	火	豆腐丼、すまし汁、ブロッコリーの和風マヨネーズ、ヨーグルト		じゃがバター	スティックケーキ
3	水	文化の日			
4	木	ごはん、けんちん汁、魚の竜田揚げ、ごま和え、ヨーグルト		米粉のもっちり バナナパン	せんべい
5	金	ごはん、味噌汁、大根と鶏肉の煮物、胡瓜の昆布和え、ヨーグルト		おからソフト クッキー	スティックケーキ
6	土	カレーうどん、粉ふき芋、ピーチヨーグルト		牛 乳 わかめおにぎり	お菓子
8	月	ごはん、味噌汁、鶏肉の西京焼き、いそべ和え、バナナ		スキムココア チーズ、お菓子	せんべい
9	火	チーズ納豆ご飯、おでん、蒸し野菜、ヨーグルト		コンソメポテト	バナナ
10	水	誕生会 紅葉ご飯、くずし豆腐汁、豚肉のもち米蒸し、彩り野菜のごま和え、かぼちゃの茶巾、秋のゼリー		アロエヨーグルト	スティックケーキ
11	木	ごはん、味噌汁、蒸しさばの照りつけ、ひじきの五目煮、ヨーグルト		焼きいも	バナナ
12	金	ごはん、白菜のスープ、ミートローフ、小松菜のサラダ、ヨーグルト		つぶつぶ キャロットゼリー	せんべい
13	土	五目ビーフン、トマポテスープ、パインヨーグルト		牛 乳 ゆかりおにぎり	お菓子
15	月	サンドイッチ、肉団子とキャベツのスープ野菜、さつま芋サラダ、ヨーグルト		きな粉おはぎ	バナナ
16	火	ごはん、味噌汁、鶏のさっぱり煮、ごぼうのごまマヨ、ヨーグルト		カステラサンド	スティックケーキ
17	水	のり佃煮ごはん、かきたま汁、鮭のコーンフライ、キャベツのささみ和え、ヨーグルト		野菜餅	バナナ
18	木	カレーライス、コーンわかめスープ、スパゲティサラダ、ヨーグルト		シュガーラスク	せんべい
19	金	ごはん、味付け海苔、味噌汁、ふんわり豆腐ナゲット、野菜炒め、りんご		いちごヨーグルト パイロア	スティックケーキ
20	土	ちゃんぽんうどん、かぼちゃのマッシュ、みかんヨーグルト		牛 乳 菜っぱおにぎり	お菓子
22	月	ごはん、味噌汁、干草焼き、なめこの和え物、ヨーグルト		バナナドーナツ	せんべい
23	火	勤 労 感 謝 の 日			
24	水	ごはん、味噌汁、炒り豆腐、さつま芋の甘煮、ヨーグルト		ポップコーン	みかん
25	木	あんかけ焼きそば、中華スープ、カリコリ漬け、ピピチーズ、ヨーグルト		トマトの 炊き込みご飯	せんべい
26	金	ごはん、田舎汁、鮭のちゃんちゃん焼き、りんごのマヨ和え、ヨーグルト		わらび餅	スティックケーキ
27	土	スパゲティミートソース、ポテトスープ、ピーチヨーグルト		牛 乳 わかめおにぎり	お菓子
29	月	ごはん、味噌汁、カレーコロッケ、ブロッコリーのソテー、ヨーグルト		杏仁豆腐	せんべい
30	火	バターロール、鶏肉の豆乳クリーム煮、コーンサラダ、ヨーグルト		味噌焼きおにぎり	バナナ
12/1	水	ごはん、味噌汁、親子煮、白菜のゆかり和え、動物チーズ、バナナ		フルーチェ	スティックケーキ
12/2	木	ビーンズライス、コロコロ野菜のコンソメスープ、みかんサラダ、ヨーグルト		蒸しパン	せんべい
12/3	金	ごはん、味噌汁、魚のマフィン、カラフル野菜ソテー、ヨーグルト		人参おやき	みかん

献立は変更する場合があります。

## 食 育 & ミニクッキング ( ゆり、ひまわり、ばら )

11/1 (月) オレンジパワー実験

この日の献立に入っているオレンジの皮を利用して、実験をしますよ！！  
お楽しみに♪



11/25 (木) 片栗粉づくり

じゃがいもを擦りおろし、片栗粉を作りますよ！！  
出来た片栗粉は、次の日のおやつに大変身！！



11/26 (金) わらび餅

前日の片栗粉がわらび餅に姿を変えたのを観察し、自分たちでわらび餅をちぎり、きな粉をかけて食べますよ♪