



11月献立表

2024.10.31 新中央保育園

日	曜	午前おやつ 3歳未満児	全園児 食		午後おやつ 全園児	備考		
			3歳未満児	3歳未満児				
1	15	金	フルーツ ヨーグルト	レバー入りカレー 紅白サラダ 白菜とコーンのスープ	ごはん	牛乳 柿 せんべい (ぼたぼた焼き)		
2	16	土	牛乳 果物	わかめラーメン かぼちゃのごま和え キウイ		牛乳 お菓子	3歳以上児 ご飯は必要 ありません	
④	18	月	牛乳 バナナ	すき焼風煮 ブロッコリー みそ汁(しめじ・油揚げ) りんご	はなぐみ 黒米ごはん にしぐみ 黒米おにぎり	牛乳 黒ごま かりんとう	3歳以上児 おにぎりの日	
5	19	火	牛乳 オレンジ	大根ひじきのひき肉煮 白菜とほうれん草の塩おかか和え みそ汁(長芋・ねぎ) 柿	ごはん	牛乳 バナナの パンケーキ		
6	20	水	牛乳 柿	鮭ザンギ 中華風和え みそ汁(豚肉・ごぼう) ミニトマト	ごはん	フルーツポンチ ビスケット(マツ)		
7	21	木	牛乳 りんご	みそラーメン 小松菜の煮浸し オレンジ		牛乳 ☆するめ いちご ジャムサンド 牛乳 ウロコダンゴ せんべい(うす 焼)		
8	22	金	フルーツ ヨーグルト	マーボー豆腐 ナムル風 わかめスープ りんご	ごはん	牛乳 ☆するめ いちご ジャムサンド 牛乳 ウロコダンゴ せんべい(うす 焼)	3歳以上児 ご飯は必要 ありません	
	22	金	フルーツ ヨーグルト	♪ルンルンドラえもんランチ♪ ドラえもんマーボー丼 ナムル風 わかめスープ りんご プチゼリー		牛乳 ケーキ	3歳以上児 ご飯は必要 ありません	
9	23	土	牛乳 果物	スパゲティナポリタン 青のりポテト バナナ		牛乳 お菓子	3歳以上児 ご飯は必要 ありません	
11	25	月	牛乳 キウイ	カレー肉じゃが ブロッコリーのおかか和え みそ汁(もやし・小松菜) 柿	はなぐみ 焼きのりごはん にしぐみ おにぎり	牛乳 変わり アップルパイ	3歳以上児 おにぎりの日	
12	26	火	牛乳 オレンジ	白身魚のポテトクリーム焼き 4色サラダ かぶのスープ パイン	食パン	麦茶 塩昆布おにぎり	3歳以上児 主食がパンで もよい日です	
13	27	水	牛乳 バナナ	納豆天ぷら 酢の物 みそ汁(なめこ・大根) オレンジ	ごはん	ジョア (ブルーベリー) きな粉クッキー		
14	28	木	牛乳 柿	けんちんうどん ほうれん草の信田和え キウイ 3歳以上児のみ：のり佃煮		牛乳 ☆小魚 スイートポテト		
	29	金	フルーツ ヨーグルト	すき焼風煮 ブロッコリー みそ汁(しめじ・油揚げ) りんご	ごはん	牛乳 黒ごま かりんとう		
	30	土	はっぴょうかい					

*11月分の3歳未満児の栄養量は

エネルギー 449kcal、たんぱく質 16.7g、脂質 14.5gが平均給与量です。

*11月分の3歳以上児の栄養量(ごはんの持参分は含みません)は

エネルギー 363kcal、たんぱく質 15.6g、脂質 14.9gが平均給与量です。

☆【噛む力】をつけて健やかな成長を促すために、午後のおやつの際に『するめ』or『こんぶ』or『小魚』を食べる日です。

※献立の内容は都合により一部変更になる場合がありますのでご了承ください。