



2019年11月

献立予定表

| | | | | |
|----------|---------|-------|-------|------|
| 今月の給与栄養量 | エネルギー | たんぱく質 | 脂質 | 塩分 |
| 未満児 | 504kcal | 19.0g | 15.8g | 2.0g |
| 以上児 | 541kcal | 20.7g | 16.0g | 2.4g |

祝昌第二保育園

| 日 | 曜日 | 行事 | 10時のおやつ | 昼食 | 3時おやつ | 離乳食(中期) |
|----|----|------------------|-----------------|---|-----------------|---------------------------|
| 1 | 金 | | 牛乳 のり巻きチーズ | スタミナ丼 人参としらすのきんぴら けんちん汁 オレンジ | りんごジュース チーズ | 野菜粥 ささみと人参の煮物 すまし汁 オレンジ |
| 2 | 土 | | りんご乳酸菌 利尻昆布せんべい | 調理パン 牛乳 | | スティックパン ミルク |
| 3 | 日 | 文化の日 | | | | |
| 4 | 月 | 振替休日 | | | | |
| 5 | 火 | 避難訓練 (シェイクアウト訓練) | 麦茶 りんごすていっく | 卵とじうどん 高野豆腐の唐揚げ シルバーサラダ バナナ | 牛乳 キャロットロール | 鶏肉入りうどん 野菜のくたくた煮 バナナ |
| 6 | 水 | 誕生日会 | 麦茶 メープルかりんとう | ツナピラフ チキンのカチャトーラ 野菜スープ フルーツかん | 牛乳 ケーキ | ミックス粥 鶏の甘辛煮 スープ キウイ |
| 7 | 木 | | 麦茶 野菜スティック | えびと水菜の和風パスタ キャベツの味噌ドレサラダ チキンスープ 柿 | 牛乳 スイートポテト | 柔らかスパゲティ 豆腐のくず煮 スープ 柿 |
| 8 | 金 | | 牛乳 クラッカー | 白飯 鮭のホイル焼き ポテトサラダ 玉ねぎの味噌汁 りんご | 野菜ジュース チーズ | 白粥 魚の和風煮 味噌汁 りんご |
| 9 | 土 | | ピルクル かぼちゃボーロ | 調理パン 牛乳 | | パン粥 ミルク |
| 10 | 日 | | | | | |
| 11 | 月 | 防犯訓練 | 牛乳 フランスワッフル | 白飯 ひじき入りハンバーグ 切り干し大根の和え物 豆腐とほうれん草のすまし汁 グレープフルーツ | コーヒー牛乳 利尻昆布せんべい | 白粥 赤ちゃんバーグ すまし汁 グレープフルーツ |
| 12 | 火 | 焼き芋大会 | 焼き芋 野菜スティック | あんかけうどん 竹輪の磯辺揚げ 白和え バナナ | 牛乳 コーンと人参のおにぎり | あんかけうどん ささみのごまスティック バナナ |
| 13 | 水 | 体育指導(3歳以上児) | 牛乳 りんごすていっく | ふりかけご飯 鮭の変わり西京焼き コーンサラダ 野菜焼 りんご | ヨーグルト のり巻きチーズ | 白粥 白身魚のケチャップ煮 味噌汁 白桃缶 |
| 14 | 木 | 5歳児健診(ぱんだ組) | 麦茶 メープルかりんとう | 焼きそば シュウマイ 酢の物 水菜のかき玉スープ オレンジ | 牛乳 さつま芋のキャラメル和え | ミートマカロニ 野菜のとろとろ煮 スープ オレンジ |
| 15 | 金 | 七五三 安全点検日 | 牛乳 パリパリポテト | 挽肉カレー 福神漬 タルタルサラダ 中華風野菜スープ 白桃缶 | オレンジジュース チーズ | ミックス粥 鶏肉と野菜の和風煮 スープ りんご |
| 16 | 土 | | りんご乳酸菌 クラッカー | 調理パン 牛乳 | | スティックパン ミルク |
| 17 | 日 | | | | | |
| 18 | 月 | | 牛乳 かぼちゃボーロ | 白飯 肉団子の甘酢あんかけ ナムル キャベツとコーンの豆乳スープ バナナ | 牛乳 のり巻きチーズ | 白粥 鶏団子のケチャップ煮 スープ バナナ |
| 19 | 火 | 体位測定 | 麦茶 野菜スティック | 味噌煮込みうどん ガリバタ豆腐ステーキ ゆで卵サラダ パイン缶 | 牛乳 たこ焼き風じゃが | 煮込みうどん 豆腐の煮物 パイン缶 |
| 20 | 水 | 和太鼓練習(3歳以上児) | 牛乳 フランスワッフル | もみじご飯 たらとときのこの煮物 キャベツのおかか和え 大根の味噌汁 スイーティー | ジョア 利尻昆布せんべい | 人参粥 たらとの和風煮 味噌汁 スイーティー |
| 21 | 木 | | 麦茶 メープルかりんとう | 麻婆ラーメン さつま芋の甘辛煮 きゅうりの中華和え りんご | 牛乳 欧米風キャロットケーキ | 豆腐入りスープマカロニ さつま芋の甘辛煮 りんご |
| 22 | 金 | 職員会議 | 牛乳 クラッカー | ソースカツ丼 豆腐サラダ きこの味噌汁 オレンジ | りんごジュース チーズ | 白粥 ささみの和風煮 味噌汁 オレンジ |
| 23 | 土 | 勤労感謝の日 | | | | |
| 24 | 日 | | | | | |
| 25 | 月 | | 麦茶 フランスワッフル | 白飯 さんまの竜田揚げ 和風サラダ 豆腐の味噌汁 バナナ | 牛乳 パリパリポテト | 白粥 たらとの煮物 味噌汁 バナナ |
| 26 | 火 | | 麦茶 りんごすていっく | カレーうどん いり豆腐 こぎつねサラダ 白桃缶 | 牛乳 肉まん | うどんのくたくた煮 豆腐のケチャップ煮 白桃缶 |
| 27 | 水 | | 牛乳 メープルかりんとう | さつま芋ご飯 鶏の照り焼き マカロニサラダ 小松菜の味噌汁 みかん | グレープゼリー のり巻きチーズ | さつま芋粥 ひき肉のくず煮 味噌汁 みかん |
| 28 | 木 | | 麦茶 野菜スティック | ホワイトソースのスパゲティ ツナ入り人参しりしり きのこスープ スイーティー | 牛乳 じゃこマヨトースト | 鶏肉入りスープスパ 人参の甘煮 スイーティー |
| 29 | 金 | | 牛乳 利尻昆布せんべい | タコライス さつま芋のおろし和え 青梗菜と豆腐のかき玉汁 りんご | 野菜ジュース チーズ | 挽肉粥 野菜の洋風煮 スープ りんご |
| 30 | 土 | | ピルクル かぼちゃボーロ | 調理パン 牛乳 | | パン粥 ミルク |

旬食材：にんじん(人参としらすのきんぴら) キャロットロール コーンと人参のおにぎり 欧米風キャロットケーキ もみじご飯 ツナと人参のしりしり)

季節の献立：スイートポテト さつま芋ご飯