



11月になりました。近づいてきましたね。11月はもつとつかり冬に近づくにつれて寒くなります。夏と違って、葉も赤い。外で遊ぶときは暖かい服装で遊びましょうね。



月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
3日	4日	5日	6日	7日
文化の日	白飯120g ◎カボチャコロッケ ◎ミニハンバーグ ◎ほうれん草のナムル ◎キャベツとひき肉の炒め物 ◎黄桃缶	白飯120g ◎カレー煮込ハンバーグ ◎コーンコロッケ ◎にんじんグラッセ ◎ミートソースうどん ◎リンゴ缶	白飯120g ◎きのこご飯 ◎炊き込みご飯(調味液) ◎若鶏から揚げ ◎赤ウインナー ◎コーンソテー ◎切り干し大根の煮物 ◎マンゴー缶	パンの日
	小麦・乳・大豆・鶏・豚 ごま・もも	小麦・乳・鶏・豚・大豆 りんご	大豆・豚・乳・小麦・鶏・牛 ゼラチン	
10日	11日	12日	13日	14日
白飯120g ◎チキン南蛮 ◎タルタルソース ◎肉だんご ◎にんじんグラッセ ◎玉ねぎとピーマンのデミグラス煮 ◎黄桃缶	白飯120g ◎オムレツ ◎ケチャップ ◎かにしゅうまい ◎ブロッコリー ◎酢鶏 ◎グレープフルーツ	もぐもぐ保育 年長さんが作るカレー おいもサラダ ★白ご飯持参	白飯120g ◎チーズハンバーグ ◎コーンコロッケ ◎人参といんげんのソテー ◎麻婆豆腐 ◎白桃缶	パンの日
鶏・小麦・大豆・乳・豚 もも	卵・大豆・小麦・えび・かに 鶏・豚・りんご		小麦・乳・鶏・豚・大豆 ごま・もも	
17日 学校給食(年長のみ)	18日	19日	20日	21日
白飯120g ◎ハムカツ ◎赤ウインナー ◎タルタルソース ◎ポテト南瓜ソテー ◎ビーフン炒め(ツナ・玉ねぎ) ◎グレープフルーツ	カレーの日 ★白ご飯持参	白飯120g ◎カボチャコロッケ ◎厚焼き玉子 ◎ブロッコリー ◎キャベツと桜エビの炒め物 ◎白桃缶	白飯120g ◎かに玉 ◎甘酢ソース ◎えだまめ ◎肉だんご ◎ポテト炒め ◎オレンジ	パンの日
小麦・乳・大豆・鶏・豚・牛 ゼラチン・ごま		小麦・乳・大豆・卵・えび 鶏・もも	卵・小麦・かに・大豆・鶏 りんご・乳・豚・オレンジ	
24日	25日	26日	27日 学校給食(年長のみ)	28日
勤労感謝の日 振替休日	白飯120g ◎若鶏から揚げ ◎動物高野煮 ◎コーンソテー ◎枝豆とトマトの玉子炒め ◎白桃缶	◎ゆでうどん ◎うどん汁 ◎かき揚げ ◎はなかまぼこ ◎リンゴ缶	白飯120g ◎鶏肉味噌焼き ◎ミニハンバーグ ◎にんじんグラッセ ◎キャベツ桜海老パスタ ◎黄桃缶	パンの日
	小麦・大豆・鶏・卵・豚 もも	小麦・乳・大豆・卵 りんご	鶏・小麦・大豆・乳・豚 えび・もも	

※お米は産地なつぽしブレンド米を使用しています。

★フレア給食栄養量★  
●3～5歳児：エネルギー：390kcal  
蛋白質：12.7g～21g  
脂 質：8.7g～14g  
食塩相当量：1.0g～1.1g未満



#### 年長学校給食体験メニュー

17日	27日
ごはん キャベツとなめこのみそ汁 とんかつ 切り干し大根の煮物 Pソース 牛乳	コッペパン みそコーンポタージュ ハンバーグ パンネのナポリタン 牛乳

