



11月 給食だより

認定こども園つばめ・チェリー保育園

月	火	水	木	金	土
	エネルギー：555kcal たんぱく質：18.5g			1 ごはん 野菜コロッケ 具沢山わかめスープ かぼちゃプリン 雪の宿 牛乳	2 ハヤシライス もやしのごまサラダ バナナ ハーベスト 牛乳
4 振替休日	5 鶏そぼろ丼 大根とツナのサラダ オレンジ ピザトースト 牛乳	6 ごはん カレイの竜田揚げ 添え・枝豆 白菜と油揚げの味噌汁 バナナ ぼたぼた焼き 牛乳	7 ごはん 大根と厚揚げのそぼろ煮 キャベツとコーンの和風サラダ オレンジ いちごジャム蒸しパン りんごジュース	8 ロールパン 焼きそば ほうれん草のしらす和え バナナ マカロニきなこ 牛乳	9 愛情弁当 マリービスケット 牛乳
11 ごはん 豚肉のしょうが炒め 春雨の中華サラダ バナナ 黒糖蒸しパン りんごジュース	12 ふりかけごはん トンカツ ほうれん草とコーンのサラダ ぶどうゼリー まがりせんべい 牛乳	13 さつまいもごはん さわらのみそ漬け焼き 添え・枝豆 けんちん汁 オレンジ パンプディング 牛乳	14 ごはん 炒り豆腐 マカロニとツナのサラダ バナナ 黒棒 牛乳	15 ごはん ポークビーンズ キャベツとハムの中華サラダ オレンジ りんごゼリー 牛乳	16 ごはん マーボ豆腐 ビーフンサラダ ヨーグルト チョコスクッキー 牛乳
18 ごはん 鶏肉のからあげ 大根としらすのサラダ バナナ きなこ蒸しパン りんごジュース	19 ゆかりごはん 野菜あんかけうどん ほうれん草のおかか和え オレンジゼリー ぱりんこ&クッキー 牛乳	20 ごはん 豚肉と野菜のごまみそ煮 マカロニサラダ バナナ いちごジャムサンド 牛乳	21 ごはん 白身魚の磯辺フライ 添え・フロccoliリー 野菜たっぷり味噌汁 オレンジ バナナかすてら 牛乳	22 カレーライス 切干大根の和風サラダ バナナ マカロニきなこ 牛乳	23 勤労感謝の日
25 ごはん 肉じゃが スパゲティサラダ バナナ フライドポテト 牛乳	26 ごはん 鶏肉と大根の煮物 もやしとハムのサラダ オレンジ バームクーヘン 牛乳	27 中華丼 春雨のあっさりサラダ バナナ ココア蒸しパン りんごジュース	28 ごはん 筑前煮 ほうれん草のごま和え オレンジ おにぎりせんべい 牛乳	29 ロールパン ミートスパゲティ キャベツとツナの和風サラダ バナナ オレンジゼリー 牛乳	30 愛情弁当 ビスコ 牛乳