

日	曜	11月予定	献立名	おやつ	材 料 名		
					血や肉や骨になるもの	熱と力になるもの	体の調子を整えるもの
1	火		さばのしおやき、いろどりのあえもの みそしる	ぎゅうにゅう かし	牛乳、さば、木綿豆腐、卵、いわし、 みそ	米、里芋、砂糖、いりごま	もやし、人参、葉ねぎ、ほうれん草 カットわかめ
2	水	3歳児親子のあそびPM	ぎゅうにくのしぐれに、はるさめのすのもの すましじる	ようじぎゅうにゅう ふのラスク	幼児牛乳、牛肉、きな粉、鰹節	米、油、春雨、焼ふ、砂糖、いりごま	ほうれん草、玉葱、胡瓜、人参、生姜 えのきたけ
4	金		てづくりさつまあげ、キャベツぞえ みそしる	ぎゅうにゅう かし	牛乳、すきみだら、木綿豆腐、油揚げ 鰹節、みそ	米、マヨネーズ、油、片栗粉	キャベツ、人参、もやし、葉ねぎ、玉葱 ごぼう、コーン缶、ひじき
5	土			かし			
7	月	はなはなおはなし会(3歳児) 栄養相談	チキンとさつまいものコーンクリームに キャベツときゅうりのツナサラダ、りんご	ぎゅうにゅう かし	牛乳、鶏もも肉、ツナ油漬缶、粉チーズ	米、さつま芋、小麦粉、バター、砂糖	りんご、クリームコーン缶、玉葱、胡瓜 キャベツ、人参
8	火	4歳児親子のあそびPM	とうふのとりにみそかけ、すましじる ほうれんそうのコーンあえ	こけいヨーグルト	ヨーグルト、木綿豆腐、鶏ひき肉、鰹節	米、砂糖、焼ふ、片栗粉、いりごま	ほうれん草、人参、えのきたけ、玉葱 ねぎ、コーン缶
9	水		ユーリンチー、キャベツぞえ、わかめスープ かき	ようじぎゅうにゅう かぼちゃしらたま	幼児牛乳、鶏もも肉、絹ごし豆腐	米、白玉粉、黒砂糖、砂糖、片栗粉 ごま油	柿、キャベツ、玉葱、南瓜、葉ねぎ 生姜、カットわかめ
10	木	園庭開放	ぶりのにつけ、ポテトサラダ すましじる	ようじぎゅうにゅう りんごケーキ	幼児牛乳、ぶり、木綿豆腐、卵、ハム スキムミルク、鰹節	米、じゃが芋、小麦粉、マヨネーズ 砂糖、バター	りんご、胡瓜、人参、葉ねぎ、カットわかめ
11	金		あまずだんご、キャベツぞえ、コンソメスープ	ようじぎゅうにゅう ふかしいも	幼児牛乳、豚ひき肉(玉城産)、ベーコン	米、さつま芋、じゃがいも、片栗粉、砂糖	玉葱、キャベツ、南瓜、人参、葉ねぎ 生姜
12	土			かし			
14	月		さけのつぶコーンやき、たまごとトマトの スープ、ほうれんそうとしめじのおひたし	ようじぎゅうにゅう れんこんチップ	幼児牛乳、さけ、卵、ベーコン	米、マヨネーズ、油、いりごま	れんこん、トマト、ほうれん草、玉葱 しめじ、コーン缶、人参、生姜、青のり
15	火	七五三 交通安全指導	せきはん、とりにくのからあげ、トマト ブロッコリーぞえ、すましじる	ようじぎゅうにゅう ショートケーキ	幼児牛乳、鶏もも肉、あずき、鰹節	米、もち米、片栗粉、油、マヨネーズ 花麴	トマト、ブロッコリー、玉葱、生姜 カットわかめ
16	水	避難訓練(消防車) 身体計測	すきやきふうに、ごまずあえ、みかん	ようじぎゅうにゅう スイートポテト	幼児牛乳、和牛、焼き豆腐、油揚げ	米、さつま芋、しらたき、砂糖、焼ふ バター、すりごま、油	みかん、玉葱、人参、もやし、胡瓜 エリンギ、葉ねぎ、干し椎茸
17	木		やきそば、きのこスープ、りんご	ぎゅうにゅう パン	牛乳、豚肉(玉城産)、むきえび なると	焼きそばめん、パン、油	りんご、玉葱、キャベツ、もやし、人参 えのきたけ、葉ねぎ、干し椎茸
18	金		さわらのみそてりやき、さつまじる きりぼしだいこんのサラダ	ミロミルク かし	さわら、スキムミルク、米みそ、鰹節	米、さつまいも、ミロ、砂糖、ごま油	大根、胡瓜、キャベツ、人参、ごぼう えのきたけ、葉ねぎ、切干大根、生姜
19	土			かし			
21	月		ポークケチャップ、ポパイスープ、バナナ	ようじぎゅうにゅう キャラメルむしパン	幼児牛乳、豆乳、豚肉(玉城産)	米、じゃが芋、小麦粉、油、バター	玉葱、バナナ、人参、ほうれん草 コーン缶
22	火	生活発表会予行練習	おでんふうみそに、もやしのごまあえ、みかん	ぎゅうにゅう かし	牛乳、さつま揚げ、生揚げ、鰹節 みそ	米、砂糖、いりごま	大根、みかん、人参、もやし、しめじ 小松菜、こんぶ、こんにやく
24	木	園庭開放	ビーフカレー、フレンチサラダ、りんご	ようじぎゅうにゅう こんべいとうりマフィン	幼児牛乳、和牛、ハム、卵	米、じゃが芋、ホットケーキミックス バター、砂糖、こんべいとう、油	りんご、玉葱、人参、キャベツ、胡瓜 レモン果汁、にんにく、生姜
25	金	生活発表会予行練習 就学時健康診断(5歳児)	さんまのかばやき、きゅうりのすのもの トマト、みそしる	ジョア かし	さんま、油揚げ、ちくわ、鰹節、みそ	米、片栗粉、砂糖、油	ジョア、胡瓜、トマト、大根、葉ねぎ カットわかめ
26	土			かし			
28	月		はくさいとにくだんごのスープに スパゲティーサラダ、バナナ	ココアプリン	牛乳、豚ひき肉(玉城産)、卵 ホイップクリーム	米、ココアプリンの素、マヨネーズ サラダスパゲティ、片栗粉	バナナ、白菜、人参、胡瓜、青梗菜 コーン缶、ねぎ、干し椎茸、生姜
29	火		さけのしおやき、ごぼうサラダ みそしる	ぎゅうにゅう かし	牛乳、さけ、木綿豆腐、油揚げ、いわし	米、マヨネーズ、砂糖	南瓜、ごぼう、胡瓜、葉ねぎ、人参 コーン缶
30	水	生活発表会総合練習	ハンバーグ、ブロッコリーぞえ コーンポタージュ	ぎゅうにゅう かし	牛乳、合びき肉、ベーコン	米、マヨネーズ、パン粉、バター	玉葱、ブロッコリー、クリームコーン缶 れんこん、人参、コーン缶、パセリ



12月の予定 ・ 12/3(土)生活発表会 ・ 12/29(木)～1/3(火) 年末年始休み

