

11月給食献立表

今月の食育目標：生活リズムを整えよう！（早寝・早起き・朝ごはん）

2022年 11月1日 小郡中央保育園

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前		1 クラッカー	2 棒チーズ	3 文化の日	4 かんぱん	5 ブルーン
昼食		麦ご飯、白身魚の梅醤油漬 け、若布サラダ、かき卵味 噌汁	麦ご飯、竹輪のカレー粉揚げ、 スティックサラダ、キャベツの 味噌汁、白子納豆		麦ご飯、魚の香味焼き、五 目金平、白菜の味噌汁	豆乳ちゃんぽん 棒チーズ
午後		儀助煮 飲むヨーグルト	おかき、果物 スキムミルク		◎パイナップルケーキ 牛乳	
午前	7 薄焼きせんべい	8 クラッカー	9 棒チーズ	10 いりこ	11 かんぱん	12 ブルーン
昼食	ポークビーンズカレー、マ カロニサラダ、茹で卵、福 神漬け（以上児）	麦ご飯、魚の塩麹焼き、ほ うれん草と蓮根のサラダ、 じゃが芋の味噌汁	ホットドックパン、ポイルウイ ンナー、ポテトサラダ、コーン クリームスープ、ブルーン	★誕生会★中華風おこわ、 鶏肉の中華焼き、野菜の味 噌ドレサラダ	麦ご飯、魚のもみじ焼き、 切干大根の煮物、もやしの 味噌汁、ひじき納豆	ジャージャー麺 棒チーズ
午後	パウムクーヘン スキムミルク	コーンフレーククッキー 牛乳	じゃこと若布のおにぎり 大根のハリハリ漬け	お楽しみデザート♪ 牛乳	ミルクビスケット 果物、スキムミルク	
午前	14 薄焼きせんべい	15 クラッカー	16 棒チーズ	17 いりこ	18 かんぱん	19 ミニミニお遊戯会
昼食	麦ご飯、鶏のヨーグルト味噌焼 き、ひじきのごまドレサラダ、 若布の清汁、ふりかけ	麦ご飯、魚のチーズ焼き、 山吹和え、南瓜の味噌汁、 ごま納豆	牛丼、胡瓜と若布の酢の 物、麩の清汁	パン、野菜たっぷりポト フ、コールスローサラダ、 ブルーン	親子丼、中華サラダ、クロ レラ	
午後	スティックビスケット スキムミルク	ちんすこう 牛乳	ミニ白あんぱん スキムミルク	動物ビスケット 牛乳	プリン 塩せんべい	
午前	21 薄焼きせんべい	22 クラッカー	23 勤労感謝の日	24 いりこ	25 かんぱん	26 ブルーン
昼食	ハヤシライス、大根サラ ダ、茹で卵	さつまいもご飯、高野豆腐の 煮物、洋風なます、ごぼう の味噌汁		麦ご飯、白身魚のピカタ、 ブロッコリーの胡麻和え、 里芋の味噌汁、白子納豆	★愛情弁当（以上児）／笑顔の 日★麦ご飯、豆腐ハンバーグ、 野菜のゆかり和え、清汁	和風きのこスパゲティ 棒チーズ
午後	一口クッキー、果物、スキ ムミルク	ひじき蒸しパン 牛乳		肉まん ミロミルク	レモンマフィン 牛乳	
午前	28 薄焼きせんべい	29 クラッカー	30 棒チーズ			
昼食	塩豚丼、切干大根のナム ル、中華スープ	麦ご飯、筑前煮、ブロッコ リー、豆腐の味噌汁、ふり かけ	麦ご飯、ししゃも(以上児)・白 身魚の磯辺揚げ(未満児)、干草 和え、南瓜の味噌汁、梅干し (以上児)/しそふりかけ(未満児)	◎4日（金）のパイナップルケーキは台湾の 郷土料理です♪ レシピは給食だよりで紹介しています★		
午後	バナナスコーン 牛乳	あられ スキムミルク	醤油せんべい、果物 スキムミルク			