

11月の給食献立表

令和5年11月1日発行
田原児童園

	曜日	行事	朝のおやつ (牛乳が付きます)	お昼 (未満児は白御飯が付きます)	おやつ (未満児はスキムミルクが牛乳になります)	
1	水	身体測定	せんべい	肉じゃが 酢の物 豚肉・わかめ・蒲鉾・春雨	★クッキー スキムミルク 薄力粉・卵・バター	
2	木	オータムピクニック	お米せんべい	けんちん汁 野菜炒め ベーコン	★バナナケーキ 牛乳 ミックス粉・バナナ・牛乳	
3	金	《文化の日》				
4	土		ウエハース	ポークカレー ゆで卵・牛乳 豚肉・カレールウ・卵・牛乳	お菓子 牛乳	
6	月		せんべい	魚の照り焼き パンサンスー 魚・春雨・ハム・蜜柑	★きな粉団子 スキムミルク きな粉	
7	火	移動図書	野菜せんべい	チキン南蛮 菜焼き 鶏肉・油揚げ・しらす干し	★りんごのソフト 牛乳 林檎	
8	水		バナナ	春雨スープ 蓮根の金平 鶏肉・春雨・しいたけ 豚肉・胡麻	★パウンドケーキ スキムミルク 薄力粉・卵・バター	
9	木		お米せんべい	筑前煮 キャベツの胡麻和え 魚・胡麻	★フルーツポンチ 牛乳 桃・パイナップル・林檎・蜜柑	
10	金		せんべい	豚肉の生姜焼き ほうれん草のソテー 豚肉・ベーコン・バター	★ジャムサンド スキムミルク 食パン	
11	土		ウエハース	和風かきたま汁 バナナ・牛乳 鶏肉・豆腐・卵・ワカメ	お菓子 牛乳	
13	月		せんべい	豚汁 手作りふりかけ レバーの甘辛煮 豚肉・豆腐・鶏肉・レバー	★ごまクッキー スキムミルク 薄力粉・卵・バター・胡麻	
14	火	体育教室	野菜せんべい	オランダ風煮 ジャコ入りサラダ 牛肉・豚肉・さつま揚げ しらす干し	★お好み焼き 牛乳 お好み焼き粉・薄力粉・卵	
15	水		ビスケット	魚のごま味噌煮 ピーナッツ和え 魚・胡麻・ピーナッツ粉	★フルーツヨーグルト スキムミルク 桃・パイナップル・バナナ・りんご	
16	木	報恩講	バナナ	野菜のかき揚げ 味噌汁 薄力粉・胡麻・豆腐・油揚げ・味噌	★きな粉マカロニ 牛乳 マカロニ・きな粉	
17	金	おにぎりデー	お米せんべい	ひじきハンバーグ バナナ 切り干し大根の煮物 牛肉・豚肉・卵・薄力粉 しいたけ	★ふかし芋 牛乳	
18	土		ウエハース	チキンカレー ゆで卵・牛乳 鶏肉・カレールウ・卵・牛乳	お菓子 牛乳	
20	月		せんべい	厚揚げの野菜あんかけ 胡麻和え 厚揚げ・胡麻	★ミックスゼリー 牛乳 果汁 100%ジュース	
21	火		野菜せんべい	鶏のつくね焼き 春雨の五目炒め 鶏肉・豚肉・春雨・しいたけ	★芋入りようかん スキムミルク	
22	水	職場慰問	バナナ	親子煮 五目金平 鶏肉・卵・さつま揚げ	★ココア蒸しパン 牛乳 ミックス粉・卵・牛乳・チョコチップ	
23	木	《勤労感謝の日》				
24	金	避難訓練	せんべい	鶏の照り焼き 天ぷらと蒟蒻の炒め物 鶏肉・豚肉・さつま揚げ	プリン・せんべい 牛乳 プリン	
25	土		ウエハース	中華煮 バナナ・牛乳 鶏肉・卵・しめじ・牛乳	お菓子 牛乳	
27	月	誕生会	コーンフレーク	唐揚げ・スパサラダ・ブロッコリー・ゼリー 鶏肉・スパゲッティ・ハム・マヨネーズ・果汁 100%ジュース	★ケーキ 牛乳 薄力粉・バター・卵・ホイップクリーム	
28	火	体育教室	野菜せんべい	スペイン風オムレツ かぼちゃの味噌汁 卵	せんべい 牛乳 ④いりこ ⑤ジャコ	
29	水		ビスケット	魚の煮付け 卵の花和え 魚・豚肉・おから	★手作りパン 牛乳 強力粉・バター・卵・牛乳	
30	木	内科検診	せんべい	ポークカレー 和風サラダ 豚肉・カレールウ・わかめ	★ラスク スキムミルク 食パン・バター	

※ 朝おやつは未満児のみ、以上児の昼食は御飯持参となります。(土曜日と同様)

※ ★印は手作りおやつです。

※ ---の右側は、献立に使用する食材のうち、アレルギーに関する食材のみ記載しています。

◎ 以上児は、17日 おにぎりデー、27日 誕生会は、家庭より「おにぎり」をお願いします。

1ヶ月平均栄養素量

《未満児(主食込み)》		《以上児(主食なし)》	
エネルギー	530 kcal	エネルギー	485 kcal
たんぱく質	22.0 g	たんぱく質	20.5 g
脂質	19.5 g	脂質	17.0 g