



# 給食メニュー

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前	【よくかんでたべよう!!】 11月8日は、『いい歯の日』です。よく噛んで食べると		1 番茶・米菓子	2 番茶・ハイハイ	3 文化の日	4 番茶・せんべい
昼食	食べすぎを防いだり、脳の血流が良くなって記憶力や集中力を高めたりする効果があります。また、唾液がたくさん出て、食べ物を消化吸収しやすく、虫歯予防にもなります。いつまでもおいしく食事をするためにも、口の中を健康に保ち、よく噛んで食べましょう!		(白ごはん) ポークカレー チンゲン菜のスープ バナナ	(白ごはん) さばの竜田焼き じゃこ納豆和え 南瓜のみそ汁		そばろ丼 豆腐すまし汁 ヨーグルト
午後			牛乳・サブレ	番茶♥ミルクもち		番茶・ビスケット
午前	6 番茶・米菓子	7 以上児・ゆり組 手作りお弁当の日	8 番茶・クラッカー	9 番茶・せんべい	10 番茶・ハイハイ	11 番茶・米菓子
昼食	(白ごはん) タンドリーチキン ブロッコリー・ミニトマト じゃが芋のみそ汁	(白ごはん)・昆布の佃煮 ぶた汁 ささゆき豆腐	(白ごはん) チキンカレー ほうれん草のスープ みかん缶	(白ごはん) 鮭の塩焼き 切干大根の煮物 たまねぎのみそ汁	(ひじきごはん) スープスパゲッティ 昆布の煮物	わかめおにぎり 豆腐みそ汁 りんごゼリー
午後	番茶・ビスケット	午前 番茶・せんべい 午後 牛乳♥水ようかん	牛乳♥ジャムサンド	牛乳♥ドーナツ	牛乳・せんべい	番茶・サブレ
午前	13 番茶・クラッカー	14 番茶・せんべい	15 番茶・ハイハイ	16 番茶・米菓子	17 番茶・クラッカー	18 番茶・せんべい
昼食	(白ごはん) 鶏のから揚げ 三色和え なすと里芋のみそ汁	(白ごはん)・小魚の佃煮 ポークビーンズ コールスローサラダ	(白ごはん) ビーフカレー キャベツのスープ バナナ	(白ごはん) 魚ロック 塩昆布和え 白菜のみそ汁	(ごま塩ごはん) 貝だくさんにゆうめん ポテトサラダ	ひじきおにぎり 大根のみそ汁 みかん缶
午後	番茶♥プリン	牛乳・クッキー	牛乳♥揚げパン	番茶♥黒糖蒸しパン	番茶・ビスケット	番茶・サブレ
午前	20 番茶・ハイハイ	21 番茶・米菓子	22 番茶・クラッカー	23 勤労感謝の日	24 番茶・せんべい	25 番茶・米菓子
昼食	(白ごはん) マーボー豆腐 春雨スープ	(白ごはん) 肉じゃが もやしのスープ	(白ごはん) ハヤシライス ミルクスープ りんご		(さつま芋ごはん) きつねうどん おからサラダ	五目混ぜご飯 里芋のみそ汁 ヨーグルト
午後	牛乳・サブレ	牛乳♥お芋クッキー	牛乳・ロールパン		番茶・クッキー	番茶・せんべい
午前	27 番茶・クラッカー	28 番茶・せんべい	29 番茶・ハイハイ	30 番茶・米菓子	★★★スコーンの作り方★★★	
昼食	(白ごはん) 松風焼き こふき芋 そうめん汁	(白ごはん) ビーフンスープ さつま芋サラダ	(白ごはん) キーマカレー かきたま汁 バナナ	(白ごはん) さつま揚げ 根菜のみそ汁	・ホットケーキミックス 200g ・バター 50g ・牛乳 50g ・プロセスチーズ 適量 ・レーズン 適量	①ボールにホットケーキミックスと小さくカットしたバターを入れてそぼろ状にする。 ②①に牛乳を加え、チーズ・レーズンも加えひとまとめにする。 ③カットし、180度のオーブンで15分程度焼く。
午後	牛乳・せんべい	番茶♥パウンドケーキ	番茶♥小倉サンド	牛乳♥スコーン		

午前と ( ) は未満児のみの給食

♥マークは手作りおやつの日