

11月予定献立表（7ヶ月）

令和6年度 ひかり保育園

日付	午前のおやつ	昼食	午後のおやつ
1 (金)	ミルク	にんじん粥、 チンゲン菜と鶏ひき肉のあんかけ きゅうりとトマトの刻み煮、ミルク	スポンジケーキ ミルク
2 (土)	おやつ	家庭弁当	おやつ
5 (火)	ミルク	粥、野菜のトマトあん キャベツときゅうりのやわらか煮、ミルク	蒸しパン ミルク
6 (水)	ミルク	煮込みうどん、ゆで卵、人参ともやしのごま煮 ミルク	鮭粥 ミルク
7 (木)	ミルク	家庭弁当、豆腐のみそ汁、刻みバナナ、ミルク	ちんすこう ミルク
8 (金)	ミルク	粥、 里芋のとろとろ 、人参の甘煮 きゅうりと卵のサラダ、ミルク	刻みバナナ ミルク
9 (土)	おやつ	家庭弁当	おやつ
11 (月)	ミルク	粥、玉ねぎと人参の和風あん、すまし汁 キャベツときゅうりのとろとろ煮 、ミルク	[誕生日会]スポンジケーキ ミルク
12 (火)	ミルク	粥、刻み納豆、にんじんの卵とじ もやしとキャベツの刻み煮、ミルク	アップルポテト ミルク
13 (水)	ミルク	パン粥、鮭とキャベツのミルク煮、マッシュポテト ミルク	和風粥 ミルク
14 (木)	ミルク	粥、玉ねぎの鶏ひき肉やわらか煮、豆腐の含め煮 キャベツと大豆の刻みあん、ミルク	ホットケーキ ミルク
15 (金)	ミルク	粥、鶏団子の和風あん、さつま芋の甘煮 ブロッコリーのとろとろ、ミルク	蒸しパン ミルク
16 (土)	おやつ	家庭弁当	おやつ
18 (月)	ミルク	粥、豆腐のとろとろ煮、たまごスープ 三色サラダ、ミルク	パン粥 ミルク
19 (火)	ミルク	粥、 チンゲン菜の卵あん 、かぼちゃの甘煮 キャベツのトマト煮 、ミルク	ヨーグルト ミルク
20 (水)	ミルク	粥、魚のほぐし煮、野菜の和風あん マッシュポテト、ミルク	人参の甘煮 ミルク
21 (木)	ミルク	あんかけうどん、 里芋のとろとろ 、 煮りんご ミルク	わかめ粥 ミルク
22 (金)	ミルク	粥、豆腐のトマトあん、人参の含め煮 キャベツの刻みサラダ、ミルク	刻みバナナ ミルク
25 (月)	ミルク	野菜粥、炒り卵の和風あん、人参と大豆の煮物 豆腐のとろとろ和え、ミルク	ホットケーキ ミルク
26 (火)	ミルク	鶏そぼろ粥、大根のみそ汁、 キャベツのしらすあん 煮りんご 、ミルク	野菜のトマトあん ミルク
27 (水)	ミルク	粥、魚のみそ煮、高野豆腐の刻み煮 ほうれん草の海苔和え、ミルク	パウンドケーキ ミルク
28 (木)	ミルク	パン粥、鶏ひき肉のクリーム煮、ブロッコリーのとろと ろ キャベツとも	みそ粥 ミルク
29 (金)	ミルク	野菜入り卵粥、玉ねぎとパプリカのあんかけ わかめスープ、白菜のとろとろ煮、ミルク	さつまいもの甘煮 ミルク
30 (土)	おやつ	家庭弁当	おやつ

目標 新しい環境に早く慣れましょう

今月の旬の食材

チンゲン菜・里芋・キャベツ
りんご・キウイフルーツ

