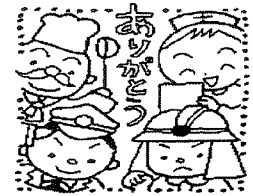


# 11月のこんだて



認定こども園わかば幼稚園

| 日  | 曜 | お か ず                                                       | 主 食          | お や つ    |                  |
|----|---|-------------------------------------------------------------|--------------|----------|------------------|
|    |   |                                                             |              | 10時      | 3時               |
| 1  | 月 | 鮭の塩焼き ひじきの炒り煮<br>みそ汁 オレンジ                                   | ごはん          | ぶどうジュース  | フレンチトースト<br>牛乳   |
| 2  | 火 | 鶏の唐揚げ なめたけあえ<br>みそ汁 みかん缶                                    | ごはん          | 野菜ジュース   | 柿 せんべい<br>カルピス   |
| 3  | 水 | <b>ぶんかのひ</b>                                                |              |          |                  |
| 4  | 木 | <b>収穫祭</b> 貝だくさん野菜汁 さつま芋の天ぷら ミニゼリー<br>以上児さん あんこもち/未満児さん うどん |              | りんごジュース  | チーズ蒸しパン<br>牛乳    |
| 5  | 金 | チキンカレー ツナサラダ<br>牛乳 りんご                                      | ごはん          | オレンジジュース | フルーツヨーグルト<br>麦茶  |
| 6  | 土 | 焼きそば ポテトサラダ<br>中華スープ バナナ                                    | 中華めん         | 野菜ジュース   | せんべい<br>りんごジュース  |
| 8  | 月 | 白身魚フライ 塩昆布あえ<br>みそ汁 みかん缶                                    | わかめごはん       | ぶどうジュース  | あんぱん<br>牛乳       |
| 9  | 火 | クラムチャウダー ハムコーンサラダ<br>野菜ジュース バナナ                             | ロールパン        | りんごジュース  | おにぎり<br>麦茶       |
| 10 | 水 | 鶏肉の三味焼き わかめのあえもの<br>みそ汁 ヨーグルト                               | ごはん          | 野菜ジュース   | ワッフル<br>牛乳       |
| 11 | 木 | さわらの竜田揚げ 納豆あえ<br>みそ汁 オレンジ                                   | ごはん          | ぶどうジュース  | おととつと<br>飲むヨーグルト |
| 12 | 金 | ミートソーススパゲティー ムシドリサラダ<br>牛乳 バナナ                              | スパゲティー       | オレンジジュース | ふかし芋<br>麦茶       |
| 13 | 土 | チャーハン ボイルウィンナー<br>中華スープ ヨーグルト                               | ごはん          | りんごジュース  | ビスケット<br>野菜ジュース  |
| 15 | 月 | さつま芋ごはん 鮭の塩焼き ひじきの炒り煮<br>みそ汁 オレンジ                           | ごはん          | ぶどうジュース  | フレンチトースト<br>牛乳   |
| 16 | 火 | 鶏の唐揚げ なめたけあえ<br>みそ汁 みかん缶                                    | ごはん          | 野菜ジュース   | りんご せんべい<br>カルピス |
| 17 | 水 | 八宝菜 蒸しギョウザ<br>かきたまスープ ヨーグルト                                 | ごはん          | オレンジジュース | ピザトースト<br>牛乳     |
| 18 | 木 | マーボー豆腐 千草あえ<br>わかめスープ バナナ                                   | ごはん          | りんごジュース  | チーズ蒸しパン<br>牛乳    |
| 19 | 金 | チキンカレー ツナサラダ<br>牛乳 りんご                                      | ごはん          | オレンジジュース | フルーツヨーグルト<br>麦茶  |
| 20 | 土 | 焼きそば ポテトサラダ<br>中華スープ バナナ                                    | 中華めん         | 野菜ジュース   | せんべい<br>りんごジュース  |
| 22 | 月 | 白身魚フライ 塩昆布あえ<br>みそ汁 みかん缶                                    | わかめごはん       | ぶどうジュース  | あんぱん<br>牛乳       |
| 23 | 火 | <b>勤労感謝の日</b>                                               |              |          |                  |
| 24 | 水 | 鶏肉の三味焼き わかめのあえもの<br>みそ汁 ヨーグルト                               | ごはん          | 野菜ジュース   | ワッフル<br>牛乳       |
| 25 | 木 | さわらの竜田揚げ 納豆あえ<br>みそ汁 オレンジ                                   | ごはん          | ぶどうジュース  | おととつと<br>飲むヨーグルト |
| 26 | 金 | ミートソーススパゲティー ムシドリサラダ<br>牛乳 バナナ                              | スパゲティー       | オレンジジュース | ふかし芋<br>麦茶       |
| 27 | 土 | チャーハン ボイルウィンナー<br>中華スープ ヨーグルト                               | ごはん          | りんごジュース  | ビスケット<br>野菜ジュース  |
| 29 | 月 | けんちんうどん わかめコーンサラダ<br>星のポテト オレンジ                             | うどん          | 野菜ジュース   | バナナマフィン<br>牛乳    |
| 30 | 火 | クラムチャウダー ハムコーンサラダ<br>野菜ジュース バナナ                             | うどん<br>ロールパン | りんごジュース  | おにぎり<br>麦茶       |

※旬の食材を使用するよう心がけております。果物・野菜等は仕入の都合により変更になることがあります。