

2022年 11月



## 献立表



このみ坂保育園

日	曜	にし・そよかせ 朝おやつ	種	献立	給食カロリー	3時のおやつ		おやつカロリー	
1	火	おせんべい ビスケット	焼	ごはん 鮭の塩焼き 小松菜納豆 豚汁	412	牛乳	きなこマカロニ	159	
2	水	おせんべい ビスケット	※秋の遠足（にし組以上はお弁当です。離乳食は給食あり。）				牛乳	クッキー	222
3	木	-	-	文化の日		-	-	-	
4	金	おせんべい ビスケット	炒	ごはん 厚揚げみそ炒め ひじきの炒り煮 みそ汁	401	牛乳	ホットケーキ	234	
5	土	おせんべい ビスケット	麺	ミートスパゲティ コールスロー 野菜スープ	386	牛乳	お菓子	-	
7	月	おせんべい ビスケット	焼	ごはん 豚肉の生姜焼き 春雨サラダ みそ汁	398	牛乳	お麩ラスク	202	
8	火	おせんべい ビスケット	揚	ごはん 鮭のオーロラソース くきわかめの炒り煮 みそ汁	403	牛乳	人参ジャムサンド	233	
9	水	おせんべい ビスケット	焼	ごはん 豆腐ハンバーグ スイートサラダ みそ汁	426	牛乳	五色のまぜむすび	233	
10	木	おせんべい ビスケット	炒	ごはん 豚肉と野菜の華風炒め かぼちゃ煮 みそ汁	398	牛乳	黒糖蒸しパン	247	
11	金	おせんべい ビスケット	煮	ごはん サバのみそ煮 和風サラダ すまし汁	382	牛乳	かぼちゃスコーン	235	
12	土	おせんべい ビスケット	汁	ドライカレー 野菜スープ フルーツヨーグルト	390	牛乳	あずきスコーン	200	
14	月	バナナ	煮	ごはん すき焼き風煮 もやしゴマネーズ みそ汁	386	牛乳	もちもちポテト	233	
15	火	おせんべい ビスケット	焼	ごはん 魚のチーズピカタ ほうれん草のナムル スープ	399	牛乳	ぜんざい (米粉団子入)	213	
16	水	おせんべい ビスケット	揚	ごはん からあげ ビーフンサラダ きのことスープ	407	牛乳	人参まるぼうろ	123	
17	木	魚肉ソーセージ	焼	ごはん あじのガーリック焼き 里芋のごまみそあえ みそ汁	400	牛乳	きなこラスク	200	
18	金	おせんべい ビスケット	煮	ごはん 煮込みミートボール 小松菜とコーンの和え物 みそ汁	424	牛乳	マドレーヌ	235	
19	土	おせんべい ビスケット	麺	焼きうどん 塩こぶ和え みそ汁	368	牛乳	チーズまんじゅう	202	
21	月	おせんべい ビスケット	焼	ごはん 照り焼きチキン ポテトサラダ 豆乳スープ	392	牛乳	水ようかん	155	
22	火	バナナ	揚	ごはん サバの立田あげ 中華風おひたし みそ汁	403	牛乳	小松菜おにぎり	222	
23	水	-	-	勤労感謝の日		-	-	-	
24	木	おせんべい ビスケット		ごはん スペイン風オムレツ ビーンズサラダ みそ汁	422	牛乳	スイートポテト	203	
25	金	魚肉ソーセージ	汁	カレーライス ひじきの酢の物 野菜スープ	413	牛乳	ココアマフィン	250	
		★ ほし組 バス旅行★ ほし組のみ、お弁当をお願いします。				-	-	-	
26	土	おせんべい ビスケット	麺	クリームスパゲティ フルーツヨーグルト 野菜	386	牛乳	バターサブレ	248	
28	月	おせんべい ビスケット	焼	ごはん 鶏肉のみそだれ焼き スタミナサラダ みそ汁	411	牛乳	ふかしいも	200	
29	火	おせんべい ビスケット	汁	ごはん 小袖だんご汁 ブロッコリーサラダ 果物	405	牛乳	お好み焼	250	
30	水	おせんべい ビスケット	焼	ごはん カレイのコーンマヨ焼き 五目大豆煮 みそ汁	389	牛乳	バナナカップケーキ	231	

※献立は仕入れなどにより内容や曜日に変更することがあります。ご了承願います。



は、誕生日会メニューです。