



月曜日 14・28		火曜日 1・29		水曜日 2・16・30		木曜日 17		金曜日 4(ふじ・さくらお弁当) 18(きく・ふじお弁当)		土曜日 5・19			
三色そぼろ丼	米 玄米 鶏ミンチ ほうれん草 もやし 卵 ごま 醤油 三温糖 みりん 塩 酒	ごはん	米 玄米	チキンきのこ カレーライス	米 玄米 鶏肉 しめじ エリンギ じゃが芋 玉葱 人参 グリンピース カレールー 赤ワイン	ごはん	米 玄米	ごはん	米 玄米 	きつねうどん	うどん 油揚げ かまぼこ ねぎ 醤油 みりん 三温糖 かつお 昆布		
蓮根の酢の物	蓮根 人参 胡瓜 酢 醤油 三温糖	カリフラワー サラダ	カリフラワー ブロッコリー カニカマ コーン 醤油 三温糖	マカロニサラダ	マカロニ 胡瓜 人参 ツナ マヨネーズ 塩	ぶりの照り焼き	ぶり 酒 醤油 三温糖 みりん	豚肉の オイスター炒め	豚肉 玉葱 白菜 舞茸 人参 醤油 三温糖 中華あじ オイスターソース 酒	ほうれん草の ナムル	ほうれん草 人参 もやし ツナ ごま ごま油 醤油 三温糖	オレンジ	
白菜の味噌汁	白菜 まいたけ 玉葱 味噌 かつお	コンソメスープ	もやし じゃが芋 キャベツ コンソメ	16日 さくら組 サッカー大会 おにぎりお願いします。		里芋の味噌汁	里芋 大根 人参 小松菜 味噌 かつお	わかめスープ	わかめ 玉葱 しめじ 中華あじ 醤油	4日 きく組親子遠足 18日 ふじ組親子遠足・さくら組給食			
おじゃこ		鶏レバー				鶏レバー							
★ キャロット チーズ蒸しパン	人参 チーズ 小麦粉 三温糖 牛乳 ベーキングパウダー	★ 真珠蒸し	白米 豚ミンチ 玉葱 人参 ニラ 醤油 ごま油 塩 片栗粉	りんご せんべい		★ フルーツケーキ	小麦粉 卵 バター 三温糖 牛乳 ベーキングパウダー バイン缶 みかん缶	★ 抹茶 みたらし団子	抹茶 白玉粉 醤油 三温糖 みりん 片栗粉	パイ			
牛乳		牛乳		牛乳		牛乳	小麦粉 卵 バター 三温糖 牛乳 ベーキングパウダー バナナ みかん缶 生クリーム	牛乳		牛乳		牛乳	
7・21		8・22		9		10・24		11・25		26			
ごはん	米 玄米	ごはん	米 玄米	ごはん	米 玄米	ごはん	米 玄米	ごはん	米 玄米	肉うどん	うどん 牛肉 玉葱 かまぼこ ねぎ 醤油 みりん 三温糖 かつお 昆布		
ミートローフ	合挽肉 玉葱 人参 グリンピース ケチャップ ウスターソース 塩 コンソメ	牛肉とキャベツ の炒め物	牛肉 キャベツ エリンギ 舞茸 パプリカ 醤油 三温糖 酒	鯖の竜田揚げ	鯖 酒 塩 醤油 みりん 片栗粉	鶏肉の塩麴焼き	鶏肉 塩麴 酒	豚じゃが	豚肉 玉葱 じゃが芋 人参 糸こんにゃく グリンピース 醤油 三温糖 みりん かつお 酒	バナナ			
ポテトサラダ	じゃが芋 胡瓜 玉葱 りんご マヨネーズ 塩	白菜の おほか和え	白菜 えのき 人参 かつお節 醤油 三温糖	かぶの梅和え	かぶ 水菜 人参 梅干し 醤油 三温糖	卵の花	おから ほうれん草 人参 油揚げ 醤油 三温糖 みりん かつお	小松菜の ゆかり和え	小松菜 もやし しらす ゆかり粉 醤油 三温糖				
コンソメスープ	レタス しめじ 人参 コンソメ	豆腐の味噌汁	豆腐 玉葱 人参 ねぎ 味噌 かつお	ほうれん草の すまし汁	ほうれん草 人参 玉葱 麩 醤油 かつお	きのこの 赤だし	しめじ えのき 大根 三つ葉 赤味噌 かつお	かぶの味噌汁	かぶ 厚揚げ エリンギ 味噌 かつお	25日 さくら組親子遠足			
おじゃこ		おじゃこ		鶏レバー		おじゃこ		9日 さくら組SLフェスタ  お弁当お願いします。					
★ はちみつレーズン スコーン	はちみつ レーズン 卵 小麦粉 バター 牛乳 三温糖 ベーキングパウダー	★ 大学芋	さつま芋 黒ゴマ 醤油 三温糖 油	★ 菜飯おにぎり	米 小松菜 ごま 醤油 みりん 塩 ごま油	★ メロンパン	小麦粉 卵 バター 三温糖 グラニュー糖 強力粉 三温糖 塩 ドライイースト 油	★ ポップコーン	ポップコーン豆 塩 油	せんべい			
牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳			

※献立は都合により変更する場合があります。

※★マークは手作りおやつです。

【11月15日(火)お誕生感謝会】

- ・チャーハン…(米 ベーコン 人参 ピーマン 醤油 塩 中華あじ)
- ・メンチカツ…(合挽肉 キャベツ 玉葱 酒 塩 小麦粉 パン粉 油 とんかつソース)
- ・海藻サラダ…(海藻ミックス 玉葱 人参 ポン酢)
- ・中華スープ…(チンゲン菜 もやし コーン 中華あじ 醤油)

【おやつ】

- ・★アップルポテト…(さつま芋 りんご 卵 三温糖 バター)
- ・牛乳

★11月 旬の食材★

小松菜 ほうれん草 かぶ 蓮根 大根 しめじ  
えのき 鮭 りんご さつま芋

