



11月給食献立表



致遠保育園

2017年

日	曜日	主食	給食献立	主材料	午後おやつ		日	曜日	主食	給食献立	主材料	午後おやつ	
					未満児	以上児						未満児	以上児
1	水	白いごはん	(ごはん) 十和田バラ焼き ほうれん草のナムル みそ汁・黄桃缶	豚肉 ほうれん草 にんじん	*みたらし団子	*みたらし団子	16	木	白いごはん	(ごはん) たららのパン粉焼き チキンサラダ 豆乳パンキンポタージュ・みかん缶	たら 鶏ささみ レタス	バターサブレ サッポロポチト ・ベジタブル	バターサブレ サッポロポチト ・ベジタブル
2	木	白いごはん	(わかめごはん) かれいのサワーソースかけ ごまかつお和え みそ汁・柿	かれい トマト もやし	バームロール えびうす焼き	バームロール えびうす焼き	17	金	白いごはん	(ごはん) さんまの生姜煮 シャキシャキ炒め みそ汁・牛乳パバロア	さんま生姜煮 かぼちゃ きゃべつ	味かるた	味かるた
4	土	パン	(パン) コンシチュー わかめサラダ りんごゼリー	鶏肉 じゃがいも クリームコーン缶	アンパンマンの ソフトせんべい オーザック	アンパンマンの ソフトせんべい オーザック	18	土	白いごはん	かき玉にゆうめん うみっこ和え ミニゼリー	冷麦 たまご 干しいたけ	ヤングドーナツ	ヤングドーナツ
6	月	白いごはん	(ごはん) やさいコロッケ まぜまぜきのこ コンソメスープ・パイン缶	やさいコロッケ ほうれん草 なめたけ	蒸しケーキ (バナナ)	蒸しケーキ (バナナ)	20	月	白いごはん	(ごはん) 納豆ピピンパ丼 中華スープ 和梨ゼリー	納豆 豚ひき肉 ほうれん草	ラスク シュガーバター	ラスク シュガーバター
7	火	白いごはん	(ごはん) さばの照り焼き ひじきの炒め煮 みそ汁・プリン	さば プチトマト 芽ひじき	★やきいも	★やきいも	21	火	白いごはん	(ごはん) 煮込みハンバーグ スパゲティサラダ みそ汁・りんご	ハンバーグ スパゲティサラダ 白角ハム	★やきいも	★やきいも
8	水	白いごはん	(ごはん) 豚玉丼 ツナ和え 清し汁・アセロラゼリー	豚肉 たまねぎ たまご	ばかうけ ビスコ	ばかうけ ミニ シルベアヌ	22	木	白いごはん	(ごはん) さけのつけ焼き さつま芋の天ぷら・味付けのり みそ汁・ブルーベリーヨーグルト	さけ さつまいも チンゲン菜	いちご シュークリーム	いちご シュークリーム
9	木	白いごはん	(ごはん) あぶり焼きチキン コールスロー みそ汁・フルーツポンチ	かぼちゃ きゃべつ	キャラメル コーン 通のえだ豆	キャラメル コーン 通のえだ豆	24	金	白いごはん	(ごはん) ホイコーロー ベーコンサラダ はるさめスープ・黄桃缶	豚肉 きゃべつ アスパラガス	一口包 ソーセージ	一口包 ソーセージ
10	金	白いごはん	(ごはん) 麻婆豆腐 しそ風味和え かき玉汁・バナナ	絹ごし豆腐 豚ひき肉 ブロッコリー	パニラの オムレット	パニラの オムレット	25	土	白いごはん	かき揚げうどん 厚焼きたまご ミニゼリー	茹うどん 野菜かき揚げ なると	小魚せんべい マンナ ウエファ	小魚せんべい コアラの マーチ
11	土	白いごはん	ハンバーガー フライドポテト ぶどうジュース	ハンバーガー フレンチポテト プチトマト	いちごポッキー	いちごポッキー	27	月	白いごはん	(青菜ごはん) 豚汁 ねぎたま焼き のり佃煮・マスカットゼリー	豚肉 絹ごし豆腐 はくさい	豆乳かりんとう	豆乳かりんとう
13	月	白いごはん	(ごはん) キーマカレー グリーンサラダ スティックチーズ・麦茶	豚ひき肉 じゃがいも にんじん	白い風船 かつほえびせん	白い風船 かつほえびせん	28	火	白いごはん	(ごはん) チキン南蛮 はるさめサラダ みそ汁・パイン缶	鶏肉 はるさめ 魚肉ソーセージ	ソフト豆もち とんがりコーン	ソフト豆もち とんがりコーン
14	火	白いごはん	(ごはん) 目玉焼き&ソーセージ みそマヨネーズ和え みそ汁・白桃缶	たまご 魚肉ソーセージ きゃべつ	かにぼん	かにぼん	29	水	白いごはん	(ごはん) 豆腐のカレー煮 フレンチサラダ みそ汁・バナナ	木綿豆腐 鶏ひき肉 たまねぎ	マロン&マロン	マロン&マロン
15	水	白いごはん	炊き込みごはん 鶏の唐揚げ 清し汁 練乳いちごゼリー	ひじきごはん しめじ えのきたけ	ケーキ	ケーキ	30	木	白いごはん	(ごはん) ほっけフライ 塩昆布和え みそ汁・みかんゼリー	ほっけ はくさい むぎ枝豆	★手作りおやつ	★手作りおやつ

食事ができるまで



日々何気なく食べている食事は、沢山の繋がりでできています
感謝を忘れないようにしましょう！

5つの感謝

「自然への感謝」
作物を育てる大地、きれいな水、太陽の恵みへの感謝をしましょう。

「いのちへの感謝」
野菜、肉、魚など、人と等しくいのちへの感謝をしましょう。

「知恵への感謝」
地域や家庭で受け継がれてきたレシピや知恵、愛情への感謝をしましょう。

「働く人への感謝」
食事が食卓に並ぶまで、のたくさんの人への感謝をしましょう。

「周りの人への感謝」
一緒に楽しい食卓を囲んでくれる身近な人たちへの感謝をしましょう。

【ひとくちメモ】

日本では、1年間に、家庭から282万トン、食品関連事業者から339万トン、合計621万トンもの食品ロスが発生しています。これは、国民1人当たりに換算すると、おおよそ茶碗1杯分のご飯を捨てていることとなります。その一方で、世界中にいる飢餓に苦しむ人々に向けた世界の食料援助量は約320万トン。日本ではその2倍近い食べ物を捨てていることとなります。食べ物を無駄にしないようにしましょう。

- ☆11日はハンバーガーです。主食の持参は必要ありません。
- ☆15日は誕生日会です。主食の持参は必要ありません。
- ☆()は未満児の主食となっております。
- ☆未満児の午前のおやつは毎日牛乳となっております。
- ☆★マークがついているおやつは手作りおやつです。

☆風も冷たくなり、寒い季節がやってきました。たくさん食べて、寒さに負けない丈夫な体を作りましょう。