



11月予定献立表



＜令和5年＞
大崎保育園

日	曜日	献立	10時	3時おやつ	食育
1	水	大豆入りわかめご飯・たらとひじきの栄養揚げ・小松菜と油揚げの煮浸し・みそ汁・バナナ	ポーロ オレンジ	生どら焼き(ジャム)	
2	木	ミートスパゲティ・りんごと白菜のサラダ・チーズ・オレンジ	ビスコ バナナ	いなり寿司	
3	金	＜文化の日＞			
4	土	豚丼・みそ汁・オレンジ	クラッカー りんご	ビスケット バナナ	
6	月	納豆ご飯・肉じゃが・マカロニサラダ・すまし汁・ぶどうゼリー	ウエハース りんご	ちんすこう	
7	火	きな粉ご飯・さばの竜田揚げ・ブロッコリーのごま和え・みそ汁・りんご	スティックパン	スイートポテト	
8	水	ラーメン・塩麴チキングリル・大根サラダ・オレンジ	ビスコ バナナ	ひじきおにぎり	
9	木	ご飯・ふりかけ・コロッケ・ひじきの中華和え・きのこスープ・ヨーグルト	ポーロ オレンジ	チーズ饅頭	さんまについて (3歳～5歳)
10	金	＜秋の収穫祭＞さつま芋ご飯・焼きさんま・豚汁・バナナ	シガーフライ	卵サンド	
11	土	そばろ丼・すまし汁・オレンジ	クラッカー りんご	ビスコ バナナ	
13	月	ご飯・さばの塩焼き・春雨サラダ・けんちん汁・りんご	チーズトースト	人参チュロス	
14	火	バターロールパン・いちごジャム・ミートローフ・ポテトサラダ・コーンスープ・オレンジ	ウエハース バナナ	細巻き	
15	水	＜おにぎりパーティ＞ご飯(0.1歳鮭フレーク・ふりかけ)(2歳鮭フレーク・昆布佃煮)おにぎり(3～5歳はちみつ梅・鮭フレーク・昆布佃煮)さわらの幽庵焼き風・キャベツのおひたし・みそ汁・バナナ	シガーフライ	フレンチトースト	
16	木	ご飯・豚肉のしょうが焼き・ほうれん草のナムル・豆腐のスープ・ヨーグルト	バナナチップ	ふのラスク	
17	金	＜お楽しみ会＞きつねうどん・肉うどん・カレーうどん・バナナ	ふかし芋	ゆかりチーズおにぎり	
18	土	親子丼・みそ汁・オレンジ	クラッカー りんご	ビスケット バナナ	
20	月	炊き込みご飯・さわらの照り焼き・野菜の納豆マヨネーズ和え・みそ汁・りんごゼリー	ウエハース オレンジ	大学芋	
21	火	＜誕生会＞わかめご飯・エビフライ・イタリアンサラダ・きのこスパゲティ 豆乳スープ・オレンジ	バナナチップ	りんごのケーキ	バイキング(4・5歳)
22	水	＜弁当の日＞	いちごジャムトースト	さつま芋のバター焼き	
23	木	＜勤労感謝の日＞			
24	金	ご飯・鮭のレモン蒸し・筑前煮・かきたま汁・バナナ	きな粉マカロニ	人参パンケーキ	
25	土	牛丼・みそ汁・オレンジ	クラッカー りんご	ウエハース バナナ	
27	月	ご飯・味付け海苔・さばのみそ煮・卵の花・すまし汁・りんご	ビスコ オレンジ	フライドポテト	
28	火	ハヤシライス・ポパイサラダ・チーズ・オレンジ	さつま芋のレモン煮	クッキー	
29	水	ご飯・トンテキ・ブロッコリーポン酢和え・みそ汁・ヨーグルト	ウエハース りんご	さつま芋スティック	
30	木	ご飯・魚粉ふりかけ・甘辛ガーリックチキン・コールスロー・すまし汁・オレンジ	ポーロ バナナ	マカロニグラタン	

秋も深まり、寒い季節がやってきます

これからの季節は朝夕が冷え込むようになり、体調を崩しがちです。旬の食材を使ったバランスのよい食事とおやつで、栄養を十分にとり、寒さに負けない体づくりをしていきましょう。

今日は何の日？

11月24日

和食の日



【いい(11)に(2)ほんし(4)よく】の語呂合わせにちなんで、和食文化について認識を深め、継承していく大切さを共有する目的で、一般社団法人和食文化国民会議により制定されました。