



# 11月献立表



令和4年11月1日 幼保連携型認定こども園 とよまねこども園

日	曜	おやつ (未満児)	おやつ(未満児) アレルギー児対応食	献立名	アレルギー児 対応食	おやつ (全園児)	おやつ(全園児) アレルギー児対応食
1	火	牛乳・えびせん		コロッケ・シルバーサラダ・トマト・ 野菜スープ・オレンジ		牛乳・チョコポッキー (星たべよ)	
2	水	牛乳・ とんがりコーン		鮭ちゃんちゃん焼き・カボチャ煮・ナムル・ 大根味噌汁・りんご	鮭⇒鯖	牛乳 ★りんごケーキ	
3	木			文化の日			
4	金	牛乳・ウエハース		麻婆豆腐・涼伴三条・ちくわピザ・若布スープ・ 柿(バナナ)		牛乳 ★さつま芋のガレット	
5	土	ヨーグルト		中華丼・すまし汁・バナナ		麦茶・ベジたべる	
6	日						
7	月	牛乳・ ベジたべる		白身魚のカレー天ぷら・和風サラダ・芋レモン煮・ 豆腐の味噌汁・バナナ		牛乳・かりんとう (星たべよ)	
8	火	牛乳・ ぱりんこ		鶏肉のマーメレード焼き・マカロニサラダ・ 浸し和え・なめこ汁・バナナ		いちごジョア・ 歌舞伎揚げ(ビスコ)	
9	水	牛乳・白い風船		もぐもぐハンバーグ・スパゲッティソテー・ きゅうり中華和え・野菜スープ・柿(バナナ)		牛乳 ★パウンドケーキ	
10	木	ミニジュース・ サッポロポテト		カレー・野菜サラダ・フライドポテト・ アンパンマンジュース・バナナ(生活発表会総練習)		★フルーツゼリー	
11	金	牛乳・ とんがりコーン		鶏肉のソース焼き・レンコンサラダ・野菜ゆかり和え・ 高野豆腐味噌汁・オレンジ		牛乳・ばかうけ (サッポロポテト)	
12	土	麦茶・えびせん		ナポリタン・野菜スープ・オレンジ		麦茶・歌舞伎揚げ	
13	日						
14	月	牛乳・ 星たべよ		鯖ごま味噌焼き(鯖ごま味噌焼き)・春雨サラダ・ トマト・オレンジ・豆腐の味噌汁	鯖⇒鯖	ヨーグルト・ ぱりんこ	
15	火	牛乳・おととと		鶏肉の照り焼き・野菜炒め・スパゲッティサラダ・ 豚汁・グレープフルーツ(バナナ)		牛乳 ★おにぎり	
16	水	牛乳・ウエハース		豚肉の生姜焼き・大根サラダ・ちくわカレー揚げ・ 厚揚げ味噌汁・バナナ		牛乳 ★チョコパン	
17	木	牛乳・白い風船		ミートローフ・シーフードスパゲッティ・ 茹でブロッコリー・小松菜味噌汁・りんご		牛乳 ★ピザトースト	
18	金	牛乳・クラッカー		タラフライ・大豆サラダ・青菜ナムル・ そうめん汁・オレンジ		マスカットジョア・ 星たべよ	
19	土			生活発表会 ご褒美おやつ			
20	日						
21	月	牛乳・星たべよ		鮭の味噌マヨネーズ焼き・千切り野菜の炒め煮・ トマト・若布味噌汁・バナナ	鮭⇒鯖	牛乳・純米せんべい	
22	火	牛乳・ とんがりコーン		グラタン・コーンサラダ・青菜浸し和え・ 高野豆腐味噌汁・りんご		牛乳 ★ビスケット天ぷら	
23	水			勤労感謝の日			
24	木	牛乳・おととと		鶏肉の唐揚げ・もやし炒め・ブロッコリーツナ和え・ 豆腐の味噌汁・バナナ		牛乳 ★ちくわパン	
25	金	牛乳・ウエハース		アンパンマンライス・ローストチキン・ハムサラダ フライドポテト・野菜スープ・オレンジ(誕生会)		牛乳 ★フレクファッジ	
26	土	ヨーグルト		ドライカレー・100%ジュース・バナナ		麦茶・ベジたべる	
27	日						
28	月	牛乳・ハーベスト		鮭のコーン焼き・ブロッコリーおかか和え・ さつま芋レモン煮・なめこ汁・バナナ	鮭⇒鯖	牛乳・いちごポッキー (ぱりんこせんべい)	
29	火	牛乳・ベジたべる		シュウマイ・春雨中華ソテー・トマト・ キャベツ味噌汁・グレープフルーツ(バナナ)		牛乳 ★ガトーショコラ	
30	水	牛乳・ サッポロポテト		タラのごま照り焼き・筑前煮・ポイルウインナー・ 肉団子スープ・バナナ		牛乳・ブリッツ	

11月平均摂取エネルギー(以上児:574kcal・未満児:493kcal)

※ご家庭での食事において変化等がありましたらお知らせ下さい。

※マヨネーズ・ハム・ベーコン・ウインナー・魚肉ソーセージ・ちくわ・かまぼこ等の加工食品はアレルゲンフリーの物を提供します。

### 七五三のお祝い

11月15日の七五三は、子どもの健やかな成長を祝う行事です。男の子は5歳、女の子は3歳と7歳でお祝いをします。千歳飴には「千年長生きできますように」という願いが込められています。

