



11月のよていこんだて

2024年度



日 曜	時間帯	献立	材 料 名			
			黄	赤	緑	
			強い力が出る食べ物	丈夫な体を作る食べ物	病気から守る食べ物	その他
1 15 金	昼食	きつねうどん 厚焼きたまご 小魚	うどん じゃがいも	いなりあげ 卵、ツナ缶 小魚	青ねぎ キャベツ	花かつお、昆布、しょうゆ、みりん、酒、塩 だしパック、しょうゆ、みりん、酒、塩
	午後おやつ	クラッカーサンド くだもの 牛乳	クラッカー、ジャム	牛乳	くだもの	
2 30 土	昼食	二色ごはん ポトフ	米、砂糖、片栗粉 さつまいも	鶏ミンチ ベーコン	人参 玉ねぎ、人参、しめじ	しょうゆ、みりん、酒 コンソメ、塩こしょう
	午後おやつ	菓子、牛乳		牛乳		菓子
18 月	昼食	ごはん 魚のかば焼き 大根と小松菜のゆかり和え かぼちゃのみそ汁	米 てんぷら粉、砂糖、油	魚 みそ	しょうが 大根、人参、小松菜 かぼちゃ、玉ねぎ、青ねぎ	しょうゆ、みりん、酒 ゆかり、しょうゆ だしパック、煮干し
	午後おやつ	ココア蒸しパン 牛乳	小麦粉、砂糖、油	牛乳 牛乳		ココア、ベーキングパウダー
5 火	昼食	パン 鶏肉のトマト煮 マカロニサラダ オニオンスープ	食パン、ジャム 小麦粉、砂糖、油 マカロニ、マヨネーズ、砂糖 油	鶏肉 かにかま	玉ねぎ、しめじ、トマト缶、にんにく キャベツ、きゅうり、人参 玉ねぎ、人参、パセリ	コンソメ、塩こしょう 塩こしょう コンソメ、塩こしょう
	午後おやつ	梅おかかおにぎり 牛乳	米	かつお節 牛乳	梅干し	しょうゆ
6 20 水	昼食	さつまいもごはん すき焼き風煮 たまごとわかめのみそ汁	米、さつまいも、黒ごま 麩、糸こんにゃく、砂糖、油	豚肉、焼き豆腐 卵、わかめ、みそ	白菜、玉ねぎ 玉ねぎ	塩 だしパック、しょうゆ、みりん、酒 だしパック、煮干し
	午後おやつ	アメリカンドック 牛乳	ホットケーキミックス、油	魚肉ソーセージ、卵、牛乳 牛乳		
7 21 木	昼食	ごはん 魚の西京焼き 厚揚げと小松菜煮 大根のすまし汁	米 砂糖 砂糖	魚、白みそ 厚揚げ	小松菜 大根、人参、えのき	酒、みりん だしパック、しょうゆ、みりん、酒 だしパック、昆布、しょうゆ、みりん、酒、塩
	午後おやつ	ビスケット くだもの 牛乳		牛乳	くだもの	ビスケット
8 22 金	昼食	チキンカレーライス レモン風味サラダ	米、じゃがいも、マーガリン、油 コーン缶、砂糖、油	鶏肉	玉ねぎ、人参、ほうれん草、バナナ、りんご、にんにく キャベツ、人参、ブロッコリー、レモン汁	カレーパウダー、カレー粉、ソース、コンソメ、酒 塩こしょう
	午後おやつ	焼きいも 牛乳	さつまいも	牛乳		
9 土	昼食	ごはん 魚の竜田揚げ ナムル コーンスープ	米 片栗粉、油 砂糖、ごま、ごま油 コーン缶、コーンクリーム缶、小麦粉、マーガリン	魚 スキムミルク、牛乳	しょうが、にんにく もやし、ほうれん草、人参 玉ねぎ	しょうゆ、みりん、酒 しょうゆ、酢 コンソメ、塩こしょう
	午後おやつ	菓子、牛乳		牛乳		菓子
11 25 月	昼食	ごはん 豚肉のかりん揚げ 青菜のおかか和え 豆腐のみそ汁	米 ごま、片栗粉、砂糖、油 砂糖	豚肉 かつお節 豆腐、わかめ、みそ	しょうが ほうれん草、小松菜、人参 玉ねぎ	しょうゆ、みりん、酒 しょうゆ だしパック、煮干し
	午後おやつ	レーズンちんすこう 牛乳	小麦粉、砂糖、油	牛乳	レーズン	
12 26 火	昼食	ごはん 肉団子と野菜の甘酢あん 中華スープ	米 砂糖、片栗粉 油	豚ミンチ、レバー	しょうが、玉ねぎ、人参、エリンギ、ピーマン もやし、玉ねぎ、チンゲン菜	しょうゆ、みりん、酒、ケチャップ シャンタン、塩こしょう
	午後おやつ	ラスク 牛乳	フランスパン、砂糖、グラニュー糖	牛乳		
13 27 水	昼食	パン 魚の豆乳クリームシチュー ブロッコリーの塩こんぶ和え くだもの	食パン、ジャム じゃがいも、小麦粉、マーガリン、油 ごま油	魚、スキムミルク、豆乳 塩こんぶ	玉ねぎ、人参、ほうれん草、しめじ ブロッコリー、人参 くだもの	コンソメ、塩こしょう 塩
	午後おやつ	かぼちゃのチーズサモサ 牛乳	ぎょうざの皮、砂糖、油	チーズ 牛乳	かぼちゃ	
14 28 木	昼食	ごはん おでん風煮 白菜のみそ汁	米 砂糖	鶏肉、厚揚げ、ちくわ、さつま揚げ、昆布 油揚げ、みそ	大根、人参 白菜、人参、えのき	だしパック、しょうゆ、みりん、酒、塩 だしパック、煮干し
	午後おやつ	せんべい ヨーグルト		ヨーグルト		せんべい

材料は都合により変更させていただく場合がございます。

*毎週月曜日・・・礼拝 体育あそび・・・7日(木)、12日(火)、21日(木)、22日(火)

*11/9(土)空の鳥給食試食会・11/16(土)野の百合給食試食会

*11/18(月)収穫感謝祭

*11/19(火)大なベクッキング <メニュー>ごはん、豚汁、くだもの (おやつ)梅おかかおにぎり、牛乳

*11/29(金)お誕生会 メニュー:ナポリタン、魚のチーズ風味焼き、大根サラダ、根菜のコロコロスープ、くだもの (おやつ)アップルパイ、牛乳

