


# 11月 献立予定表

目標 ☆食べ物に感謝をしていただきますよう。

畑田保育園

☆献立の内容に興味を持ちましょう。

令和2年11月1日

曜日	月	火	水	木	金	土
日付	2	3	4	5	6	7
献立表	照り焼きチキン ひじきの炒め煮 なめこの味噌汁 果物	【文化の日】 	麻婆豆腐丼 中華風春雨サラダ ワンタンスープ 果物	鮭のきのごあんかけ ひき昆布煮 大根の味噌汁 果物	五日卵焼き 小松菜のゴマ和え 玉葱の味噌汁 果物	おやつ
乳児屋食	ごはん・チーズ		幼児と同じ	炊き込みご飯	納豆ごはん	
乳児おやつ	りんご果汁		フルーツ豆乳	牛乳	ミックス果汁	
3時のおやつ	牛乳・ウエハース		ミルクココア・ホットケーキ	フルーチェ	牛乳・三種のポップコーン	
日付	9	10	11	12	13	14
献立表	秋野菜カレー マカロニサラダ わかめスープ ヨーグルト	ほっけ煮 きのこ人参の和えもの ほうとう汁 果物	メンチカツ 高野豆腐の含め煮 キャベツの味噌汁 果物	鱈の味噌マヨ焼き 切り干し大根煮 ふのりの味噌汁 果物	豚肉の生姜焼き いどりサラダ 豆腐の味噌汁 果物	おやつ
乳児屋食	幼児と同じ	幼児と同じ	ふりかけごはん	幼児と同じ	幼児と同じ	
乳児おやつ	ミックス果汁	牛乳	バナナ豆乳	牛乳	ぶどう果汁	
3時のおやつ	牛乳・バターせんべい	ジョア・ピザトースト	牛乳・スイートポテト	麦茶・やきびん	牛乳・おかき	
日付	16	17	18	19	20	21
献立表	グラタン ほうれん草のお浸し めかぶスープ 果物	親子丼 ブロッコリーサラダ じゃが芋の味噌汁 果物	鯖の竜田揚げ もやしのナムル かぶのスープ 果物	【お誕生会】 	ちくさ焼き ひじきサラダ のっぺい汁 果物	おやつ
乳児屋食	ごま塩ごはん	幼児と同じ	幼児と同じ	幼児と同じ	五穀米	
乳児おやつ	牛乳	りんご果汁	ミックス果汁	牛乳	オレンジ果汁	
3時のおやつ	プリン	牛乳・たご焼き	牛乳・チョコ菓子	麦茶・ケーキ	牛乳・醤油せんべい	
日付	23	24	25	26	27	28
献立表	【勤労感謝の日】 	【長内保育園共通メニュー】 鮭のつけ焼き 和風コールスロー 芋の子汁 果物	煮込みハンバーグ 鉄分たっぷりサラダ コンソメスープ 果物	筑前煮 南瓜の天ぷら うどん汁 果物	ドライカレー ほうれん草のおかか和え コーンスープ ヨーグルト	おやつ
乳児屋食		幼児と同じ	幼児と同じ	ゆかりごはん	幼児と同じ	
乳児おやつ		飲むヨーグルト	フルーツ豆乳	牛乳	りんご果汁	
3時のおやつ		牛乳・山盛りドーナッツ	牛乳・アップルパイ	ジョア・えびせんべい	牛乳・ちよこバナナ	
日付	30					
献立表	イカフライ ごぼうサラダ クリームシチュー 果物					
乳児屋食	幼児と同じ					
乳児おやつ	ぶどう果汁					
3時のおやつ	牛乳・お豆せんべい					

## 保育所給食の給与栄養量

3歳未満児1日平均	エネルギー508キロカロリー ビタミンC24mg	たんぱく質18.5g 鉄2.1mg	カルシウム224mg
3歳以上児1日平均	エネルギー595キロカロリー ビタミンC28mg	たんぱく質20.3g 鉄2.5mg	カルシウム228mg

