



11月予定献立表



R3.10.31

納内保育園

日	曜	午前おやつ	昼 食		3時おやつ	備 考	
		3歳未満児	全 園 児	3歳未満児追加分	全園児		
1	15	月	牛乳 りんご	みそおでん ブロッコリーサラダ パイン すまし汁(麩・小ねぎ・しいたけ)	塩昆布 おにぎり	牛乳 スイートポテト	3歳以上児 おにぎりの日
2	16	火	牛乳 キウイ フルーツ	さばの朝鮮焼き 切干大根の炒め煮 柿 みそ汁(長芋・えのき)	ごはん	麦茶 焼きそば ☆するめ	
③	17	水	牛乳 オレンジ	さつま芋と魚肉ソーセージのかき揚げ 炒め納豆 みそ汁(わかめ・豆腐) りんご	ごはん	牛乳 ミニ焼きドーナツ	
4	18	木	みかん ヨーグルト	みそ野菜ラーメン 炒り豆腐 バナナ		牛乳 ジャムサンド	
5	19	金	牛乳 りんご	大豆カレー 中華風サラダ ジョアストロベリー	ごはん	フルーツポンチ ベビーチーズ	
6	20	土	牛乳 キウイ フルーツ	ミートソーススパゲッティ 大根サラダ オレンジ たまごスープ		牛乳 お菓子	3歳以上児 ご飯は必要 ありません
8	22	月	牛乳 柿	鮭のムニエル 南瓜のごまマヨネーズ みそ汁(なめこ・豆腐) パイン	おにぎり	牛乳 金時蒸しパン	3歳以上児 おにぎりの日
9	②	火	牛乳 バナナ	ハッシュドポーク ブロッコリー 白菜とコーンのスープ りんご	ロールパン	フルーチェ マンナビスケット	3歳以上児 主食がパンで もよい日です
10	24	水	牛乳 りんご	メンチカツ スライスきゅうり ミニトマト さつま汁	ごはん	牛乳 バナナ せんべい	
11	25	木	牛乳 キウイ フルーツ	五目うどん れんこんのきんぴら 柿 以上児のみ：ふりかけ		麦茶 鶏そぼろおにぎり たくあん	
12	26 誕生 会	金	バナナ ヨーグルト	肉じゃが きゅうりの塩昆布和え みそ汁(卵・もやし・にら) りんご	ごはん	牛乳 ごまみそ団子 ☆小魚	
13		土	バナナ ヨーグルト	♪わくわくビビンバランチ♪ ビビンバ丼 青のりポテト 中華風スープ プチゼリー		牛乳 チョコケーキ 1歳児：ヨーケキ	
13	土	牛乳 グレープ フルーツ	わかめラーメン 豆腐と青梗菜のチャンプルー キウイフルーツ		牛乳 プチマドレーヌ	3歳以上児 ご飯は必要 ありません	
27	土	はっぴょうかい					給食は ありません
29	月	牛乳 バナナ	大根ひじきの挽肉煮 きゅうりの昆布和え みそ汁(卵・もやし・にら) パイン	おにぎり	牛乳 変わり アップルパイ	3歳以上児 おにぎりの日	
30	火	牛乳 オレンジ	豆腐のツナバーグ 干草和え みそ汁(えのき・わかめ) りんご	ごはん	牛乳 ミニ焼きドーナツ		

*11月分の3歳未満児の栄養量は

エネルギー497 kcal、たんぱく質17.1g、脂肪 15.6g が平均給与量です。

*11月分の3歳以上児の栄養量(ごはんの持参分は含みません)は

エネルギー 396 kcal、たんぱく質 16.0g、脂肪16.5g が平均給与量です。

☆【噛む力】をつけて健やかな成長を促すために、午後のおやつ時に『するめ』or『こんぶ』or『小魚』を食べる日です。

※献立の内容は都合により一部変更になる場合がありますのでご了承ください。