



11月献立表

2024.10.31

納内保育園

日	曜	食			備考		
		午前おやつ 3歳未満児	全園児	午後おやつ 全園児			
1	15	金	フルーツ ヨーグルト	レバー入りカレー 紅白サラダ 白菜とコーンのスープ	ごはん	牛乳 柿 せんべい (ぼたぼた焼き)	
2	16	土	牛乳 果物	わかめうどん 長いものバターしょうゆ焼き	キウイ	牛乳 お菓子	3歳以上児 ご飯は必要 ありません
④	18	月	牛乳 バナナ	すき焼風煮 ブロッコリー みそ汁(しめじ・油揚げ) りんご	焼きのり ごはん	牛乳 バナナの パンケーキ	3歳以上児 おにぎりの日
5	19	火	牛乳 オレンジ	大根ひじきのひき肉煮 白菜とほうれん草の塩おかか和え みそ汁(長芋・ねぎ) 柿	ごはん	牛乳 黒ごま かりんとう	
6	20	水	牛乳 柿	ほっけの唐揚げ 中華風和え みそ汁(豚肉・ごぼう) ミニトマト	ごはん	フルーツポンチ ビスケット(マツ)	
7	21	木	牛乳 りんご	みそラーメン 小松菜の煮浸し オレンジ		牛乳 ☆するめ いちご ジャムサンド	
8	22	金	フルーツ ヨーグルト	マーボー豆腐 大根の炒め煮 わかめスープ りんご	ごはん	麦茶 五平餅	
9	/	土	はっぴょうかい				
11	25	月	牛乳 キウイ	カレー肉じゃが ブロッコリーのおかか和え みそ汁(もやし・小松菜) 柿	焼きのり ごはん	牛乳 変わり アップルパイ	3歳以上児 おにぎりの日
12	26	火	牛乳 オレンジ	白身魚のポテトクリーム焼き 4色サラダ かぶのスープ パイン	食パン	麦茶 塩昆布おにぎり 大根の浅漬け	3歳以上児 主食がパンで もよい日です
13	27	水	牛乳 バナナ	納豆天ぷら 酢の物 みそ汁(なめこ・大根) オレンジ	ごはん	ジョア (ブルーベリー) きな粉クッキー	
14	28	木	牛乳 柿	けんちんうどん ほうれん草の信田和え キウイ 3歳以上児のみ：のり佃煮		牛乳 ☆小魚 クラッカー りん 牛乳 ☆小魚 スイートポテト	
/	29	金	誕生会 フルーツ ヨーグルト	♪まきまき手巻き寿司パーティー♪ 手巻き寿司(納豆・ツナマヨ・豚肉の甘辛煮・卵・きゅうり) すまし汁 パイン		牛乳 ぷるぷるゼリー	
/	30	土	牛乳 果物	スパゲティナポリタン 青のりポテト バナナ		牛乳 お菓子	

*11月分の3歳未満児の栄養量は

エネルギー 431kcal、たんぱく質 15.9g、脂質 13.2g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 350kcal、たんぱく質 14.7g、脂質 13.4g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、午後のおやつの際に『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。