



11月の献立



ひかりみつる保育園

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	1	2 保育体験	3 文化の日	4 園外保育(すみれ)	5 園外保育(つくし・たんぽぽ)	6 交流保育(瀬戸北保育園)
朝おやつ	牛乳 海藻スナック	お茶 かぼちゃせんべい		お茶 えびまるせん	お茶 おこめすなっく しお味	お茶 小魚スナック
昼食	白飯 トマト入りマーボー豆腐 もやしと小松菜のナムル	白飯 鮭の塩焼き キャベツともやしのゆかり和え じゃがいもと玉ねぎのみそ汁		豚丼 切干大根の中華和え オレンジ	白飯 鶏肉のねぎみそ焼き キャベツとブロッコリーのおかか和え えのきとわかめのお吸い物	白飯 肉じゃが きゅうりのゆかり和え
午後おやつ	お茶 みかんゼリー	牛乳 しらすのふわピザ		牛乳 マカロニの安倍川	牛乳 ふかし芋	お茶 ゼリー ねじりん棒
	8	9 保育体験	10	11	12	13 交流保育(ひかり保育園)
朝おやつ	牛乳 紫いもチップ	お茶 のりわかめせんべい	牛乳 カリポテスナック	牛乳 のりものビスケット	牛乳 ひじきあられ	お茶 野菜スナック
昼食	カレーライス キャベツとコーンの ドレッシングサラダ 柿	すこやかロール ハンバーグ 人参とブロッコリーのサラダ オニオンスープ	けんちんうどん キャベツと人参のあえもの バナナ	白飯 生揚げとひじきの含め煮 ほうれん草とじゃこのごまあえ りんご	白飯 豚肉の生姜焼き 小松菜と切干とちくわの おかかマヨ和え	白飯 関東煮 オレンジ
午後おやつ	牛乳 焼きウインナー	お茶 フルーツポンチ	お茶 しそおにぎり	牛乳 さつまいももち	牛乳 黒糖蒸しパン	お茶 ゼリー ミレービスケット
	15	16	17	18	19 食育	20 交流保育(瀬戸北保育園)
朝おやつ	牛乳 小魚スナック	牛乳 ポテとほうれん草のおせんべい	牛乳 スイートポリコーン	牛乳 野菜スティック	お茶 カルマフむわせん	お茶 カリポテスナック
昼食	白飯 鶏肉と野菜の中華煮 伴三絲	豆乳ブレッド ビーフシチュー ウインナー スティックきゅうり	五目焼きそば 切干大根のほうれん草のごまあえ 国産やさいゼリー	ピラフ ウインナー 白菜サラダ コンソメスープ	はりはりごはん 小松菜のおひたし 豆腐のみそ汁 柿	白飯 豚肉と大根の炒め煮 おみそ汁
午後おやつ	お茶 りんごゼリー	お茶 きなこおはぎ	お茶 ごまわかめおにぎり	牛乳 フライドポテト	牛乳 ホットケーキ	お茶 ゼリー えびまるせん
	22	23 勤労感謝の日	24	25 誕生会	26	27
朝おやつ	牛乳 荒挽きえびせん		牛乳 むらさきいものおせんべい	牛乳 とうもろこしでつくったパフスナック塩味	牛乳 ミレービスケット	お茶 紫いもチップ
昼食	牛丼 キャベツとしらすのごま酢和え 大根とわかめのみそ汁		白飯 いりどり 大根サラダ みかん	白飯 さといもごはん 肉団子 キャベツの塩こんぶ和え ねぎとえのきのお吸い物 ミニゼリー	ハヤシライス かぼちゃサラダ りんご	白飯 ホイコーロー スープ ミニゼリー
午後おやつ	牛乳 ココア蒸しパン		お茶 ひき肉とねぎのチヂミ	お茶 手作りケーキ	お茶 オレンジゼリー	お茶 ゼリー ひじきあられ
	29	30				
朝おやつ	牛乳 野菜スナック	牛乳 にんじんせんべい				
昼食	中華飯 春雨サラダ 中華スープ	白飯 ガーリックチキン ほうれん草入りマカロニサラダ 白菜コンソメスープ				
午後おやつ	牛乳 さつまいも入りホットケーキ	お茶 フルーツ寒天				