


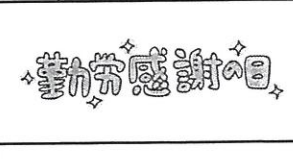


# 11月のメニュー

くまの子倶楽部 2019年

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	
日付					1	2	
昼食	 <p>今月の食育は「きのこのこのこ」、いろいろなキノコにふれて、きのこのほぐしにチャレンジします。秋の味覚のきのこ、きのこの歌もたくさんあり、子どもたちが大好きな食材の一つです。包丁いらすのお手伝いなので、ご家庭でもぜひ取り入れてください。</p> 				ごはん 鶏肉の照り焼き おひたし みそ汁 (かぼちゃ・たまねぎ)	ハヤシライス みそ汁 (キャベツ・油あげ) バナナ	
午後おやつ							
日付	4	5	6	7	8	9	
昼食			ごはん 炒り豆腐 ごまあえ みそ汁 (さといも・ねぎ)	ごはん にくじゃが 切り干しサラダ みそ汁 (キャベツ・油揚げ)	バターライス ポークビーンズ コーンサラダ キャンディチーズ	親子丼 みそ汁 (はくさい・えのき) りんご	
午後おやつ			バナナブレッド・牛乳	わらび餅・牛乳	ういろろ・牛乳	きのこうどん・牛乳	スティックパン
日付	11	12	13	14	15	16	
昼食	ごはん 手作りシューマイ ホイコーロー スープ (わかめ・たまねぎ)	みそけんちんうどん じゃがいもの煮物 切り干しとツナの和え物 キャンディチーズ	ごはん 大根と豚肉のみそ煮 おひたし すまし汁 (豆腐・ほうれんそう)	ごはん チキンカレー 浅漬け スープ (こまつな・たまねぎ)	ごはん カジキのトマト煮 フレンチサラダ スープ (わかめ・えのき・人参)	ハヤシライス みそ汁 バナナ	
午後おやつ	りんごゼリー・せんべい・牛乳	にんじん蒸しパン・牛乳	みたらし団子・牛乳	コーンフレークヨーグルト・牛乳	赤飯風おにぎり・牛乳	ドーナツ	
日付	18	19	20	21	22	23	
昼食	ごはん 鮭のポテトボール だいこんサラダ みそ汁 (高野豆腐・キャベツ)	ごはん タンドリーチキン ひじきサラダ たまごスープ (卵・たまねぎ)	ごはん タラのチーズ焼き わかめサラダ スープ (じゃがいも・たまねぎ)	やきそば さつまいもサラダ スープ (白菜・長ねぎ) キャンディチーズ	ごはん 五目旨煮 ごまあえ みそ汁 (だいこん・油揚げ)		
午後おやつ	ういろろ・牛乳	フルーツヨーグルト・牛乳	大学芋・牛乳	きなこバターパン・牛乳	きのこごはん・牛乳		
日付	25	26	27	28	29	30	
昼食	食パン マカロニグラタン フレンチサラダ スープ (わかめ・たまねぎ)	ごはん 豚肉の角煮 おひたし みそ汁 (さといも・油揚げ)	ごはん すき焼き風煮 ごまあえ みそ汁 (じゃがいも・えのき)	ごはん ブロックリーとそばの卵焼き わかめサラダ スープ (チンゲン菜・たまねぎ)	ごはん とりつくね いそあえ みそ汁 (たまねぎ・こまつな)	親子丼 みそ汁 りんご	
午後おやつ	ホットケーキ・牛乳	プリン・牛乳	パンラスク・牛乳	ごまみそもち・牛乳	コーンフレークヨーグルト・牛乳	スティックパン	

※都合により、献立が変更になることがありますので、ご了承ください。