



献立表



令和3年度11月

福)五和会 大津保育園

日	曜	午前のおやつ	クッキング	材料名	3時おやつ
1	月	せんべい 牛乳	出前クッキング 〈クレープ〉土っこ	米飯 ひじきと豆腐のつくね いんげんのごま和え 大根のみそ汁 パナナ	チョコっとプリン
2	火	ビスケット お茶		いちごジャムサンド コールスローサラダ ポークビーンズ ミニゼリー	りんごのコンポートヨーグルトが け
4	木	乳酸菌飲料		米飯 鮭のちゃんちゃん焼き ポテトサラダ どさんこ汁 オレンジ	チーズクッキー ココア
5	金	スティック人參 お茶		米飯 チキチキコンソメフライ 大根とカニカマのサラダ そうめんみそ汁 りんご	チーズケーキ お茶
6	土			土曜給食	菓子
8	月	せんべい 牛乳		米飯 カラフルミートローフ ちくわのマリネ コーンスープ オレンジ	メイプルといちごの蒸しパン お茶
9	火	ふかしもち お茶		バターロール イタリアン ブロッコリー ポトフ チーズ 〈ご当地おすすめメニュー 新潟県〉	お菓子屋さん
10	水	ビスケット お茶		米飯 スペニッシュオムレツ 青菜のしらす和え しめじの野菜汁 パナナ	焼いもパーティー
11	木	乳酸菌飲料		米飯 オニオン味噌マヨチーズつくね いんげんとわかめの和え 物	マシュマロサンド 自家製飲むヨーグルト
12	金	せんべい お茶		米飯 焼き魚さばこうじ ちくわとキャベツの塩昆布和え 具だくさん島田汁 りんご	スイートポテト お茶
13	土			土曜給食	菓子
15	月	乳酸菌飲料		七五三お祝いメニュー	七五三お祝いおやつ
16	火	オレンジ お茶	出前クッキング 〈クレープ〉水っこ	すき焼うどん ポテトのチーズ焼き 枝豆 パナナ	ポップコーン 牛乳
17	水	せんべい 牛乳		米飯 魚フライミックスソース สปาゲティサラダ カレースープ りんご	ツナマヨースト 自家製飲むヨーグルト
18	木	ミレーフライ お茶		園外保育	ハッピーセット屋さん
19	金	ビスケット お茶		デミオムライス 納豆サラダ ミネストローネ風スープ ちょこっとぶっちゃんプリン	ウイナーズコーン スキムミルク抹茶
20	土			土曜給食	菓子
22	月	せんべい 牛乳		米飯 鶏肉のごま焼き カリカリサラダ 中華スープ りんご	青りんごプリン
24	水	乳酸菌飲料		米飯 魚のもみじ焼き さつまいもとかぼちゃのサラダ ブロッコリー キャベツの野菜スープ 甘夏みかん缶	11月お誕生日ケーキ 菓子
25	木	スティック人參 お茶	出前クッキング 〈クレープ〉太陽っこ	彩り炊き込みごはん もやしと人參の和え物 洋風おでん パナナ	自家製黄桃ヨーグルト
26	金	ビスケット お茶		おたのしみ弁当	バナナケーキ 牛乳
27	土			土曜給食	菓子
29	月	乳酸菌飲料		ハヤシライス キャベツのフルーツサラダ パナナ	海苔胡麻クッキー 牛乳
30	火	せんべい お茶		米飯 オニオンソースハンバーグ ごぼうときゅうりのサラダ 卵ともやしのスープ オレンジ	きなこシュガーラスク ミルクティー

	1人あたり kcal	タンパク g	脂質 g	カルシウム mg	鉄 mg	A μg	B1 mg	B2 mg	C mg	繊維 g	食塩 g
3才以上児	534	20.3	15.7	201	2.6	166	0.3	0.4	42	6.1	1.8
目標量	574	23	15.9	259	2.5	214	0.31	0.36	22	3.6	1.6
充足率(%)	93	88	99	78	104	78	97	111	191	169	113
3才未満児	471	17	13.2	200	2.2	162	0.26	0.37	38	5.4	1.5
目標量	464	18.5	12.9	214	2.3	189	0.25	0.28	20	3.3	1.5
充足率(%)	102	92	102	93	96	86	104	132	190	164	100

*都合により献立を変更する場合がありますがご了承ください。

焼いもパーティー!



10日は焼いもパーティーです。
保育園と地域の方の畑で子どもたちが
掘ってきたさつまいもを焼きます。



おたのしみ弁当 26日(金)



毎月おたのしみ弁当の日があります。
給食で作ったごはんやおかずを持参したお弁当箱に自分
で詰めるので、ふじ・つばき・さくら・うめ組は忘れない
よう空のお弁当箱を包みに入れて持たせて下さい。
お弁当箱に詰める色々な所に行って食べる
楽しさがあります。(もも・たんぼばはいりません)