



令和2年 11月予定献立表

【♪は手作りおやつです】

日	曜日	献立名	主食	離乳食	備考
2	月	白身魚フライタルタルソース ゆで野菜 南瓜のまろやか味噌汁 果物（オレンジ） おやつ せんべい 牛乳	ごはん	鶏肉煮 ブロッコリーとカリフラワーと人参煮 南瓜スープ オレンジ ベビー菓子	タルタルソースは給食室で手作ります。
5	木 😊	八幡芋ごはん鶏そぼろかけ 大根サラダ きのこの味噌汁 果物（オレンジ） おやつ ♪大豆おにぎり 牛乳	ごはん	鶏肉と八幡芋煮 ツナと大根煮 人参スープ オレンジ ベビー菓子	八幡芋は甲斐市八幡地区特産の里芋で粘り気と甘みがあるのが特徴的です。
6	金	トマトとほうれん草のキッシュ ジャーマンポテト もやしとコーンのスープ 果物（りんご） おやつ ヨーグルト	ごはん	トマトとほうれん草と人参とチーズ煮 じゃが芋煮 小松菜ともやしスープ りんご（スライス） ヨーグルト	「ジャーマン」とは、「ドイツの」とか、「ドイツ風」という意味があります。
7	土	春巻き しゅうまい 野菜炒め 果物（バナナ） おやつ ホットケーキ 麦茶	ごはん	煮魚 キャベツと人参煮 もやしスープ バナナ ベビー菓子	
9	月 😊	白身魚のカラフル味噌焼き スイートサラダ コンソメスープ 果物（オレンジ） おやつ ♪マフィン 牛乳	ごはん	白身魚煮 さつまいと人参煮 キャベツと人参と玉葱とカリフラワースープ オレンジ ベビー菓子	マフィンにはアメリカンマフィンとイングリッシュマフィンの二種類があります。
10	火 😊	ドライカレー 彩りサラダ フルーツポンチ おやつ ビスケット 牛乳	ごはん	煮魚 玉葱、人参スープ ブロッコリーとカリフラワーと人参煮 バナナとりんご ベビー菓子	日本ではじめてドライカレーが登場したのは、明治末期から大正初期にかけてだと言われています。
11	水 😊	ミラネサ（牛肉のカツ） ビーンズサラダ ロクロ（スープ） 果物（オレンジ） おやつ ♪ドルセ・デ・レチェ 麦茶	ごはん	牛肉煮 キャベツとツナ煮 さつまいと人参煮 オレンジ ロールパン	世界の料理 アルゼンチン
12	木	わかめご飯 ツナ入り卵焼き 根菜の煮物 豆腐と麩ともやしの味噌汁 果物（りんご） おやつ ♪ノンエッグクッキー 牛乳	ごはん	軟飯、おかゆ 鶏肉煮 ツナと八幡芋と人参煮 豆腐と麩のスープ りんご ベビー菓子	ノンエッグクッキーは材料3つ（小麦粉、サラダ油、砂糖）で作れる簡単クッキーです。
13	金 😊	ちらし寿司 鶏肉の唐揚げ もやしと豚肉のごま和え さつまいとじゃが芋のミルク味噌汁 果物（バナナ） おやつ ゼリー	ごはん	軟飯、おかゆ 鶏肉煮 もやしと人参煮 じゃが芋とさつまいと人参煮 バナナ ヨーグルト	七五三
14	土	アンサンブルエッグ 照り焼きチキン 野菜炒め 果物（バナナ） おやつ ヨーグルト	ごはん	煮魚 キャベツと人参煮 もやしスープ バナナ ベビー菓子	
16	月	中華丼 春雨の中華サラダ 杏仁豆腐 おやつ ♪ごまおにぎり 麦茶	ごはん	煮魚 春雨スープ 白菜と人参と玉葱煮 りんごとバナナ ベビー菓子	白菜は寒くなると甘みが増して美味しくなります。

☆行事や材料の都合により、献立内容が変更になることがあります。



フレンズメニュー（昼食のみアレルギーの子も全員同じメニューが食べられる日です。）

日	曜日	献立名	未満児 主食	離乳食	備考
17	火 😊	ハヤシライス パプリカとコーンのサラダ フルーツヨーグルト	ごはん	煮魚 じゃが芋と人参と玉葱煮 キャベツスープ ヨーグルト	ハヤシライスは子どもたちに大人気のメニューです。
おやつ		クッキー 麦茶		ベビー菓子	
18	水 😊	鶏肉の照り焼き 金時豆のトマト煮 さつま芋と白菜のスープ 果物(バナナ)	ごはん	鶏肉煮 金時豆のトマト煮 さつま芋と白菜スープ バナナ	Book de Lunch 「バナナででんわをかけた」
おやつ		♪チーズラスク 牛乳		パン	
19	木	うずめめし 千草焼き のりふで 果物(りんご)	ごはん	豆腐とツナ煮 ひじきと人参と小松菜煮 大根と人参煮 りんご(スライス)	今月の郷土料理 『島根県』
おやつ		♪ほうれん草クッキー 牛乳		ベビー菓子	
20	金 😊	鮭のかりかりフライ とふの粉の煮物 貝沢山汁 果物(バナナ)	ごはん	鮭煮 とふの粉と人参と大根と白菜煮 南瓜スープ バナナ	とふの粉とは、高野豆腐を粉末にしたものです。
おやつ		ヨーグルト		ヨーグルト	
21	土	ハンバーグ 焼き餃子 野菜炒め 果物(バナナ)	ごはん	煮魚 キャベツと人参煮 もやしスープ バナナ	
おやつ		ビスケット 麦茶		ベビー菓子	
24	火 😊	カレーライス 福神漬け コールスローサラダ フルーツカクテル	ごはん	煮魚 キャベツと人参といんげん煮 じゃが芋と玉葱と人参のポトフ みかんともも	福神漬けは、7種類の材料を細かく刻み、みりんしょうゆに漬け込んだ漬物です。
おやつ		クッキー 麦茶		ベビー菓子	
25	水	チャーハン パリパリサラダ 中華スープ 果物(バナナ)	ごはん	鶏肉煮 キャベツと人参と玉葱煮 豆腐スープ バナナ	チャーハンは白いご飯を様々な具で炒め合わせたもので、代表的な中華料理のひとつです。
おやつ		♪きな粉蒸しパン 牛乳		ベビー菓子	
26	木 😊	真砂揚げ 五目煮びたし じゃが芋の味噌汁 果物(オレンジ)	ごはん	豆腐と鶏肉とたらとひじき煮 小松菜ともやしと人参煮 じゃが芋スープ オレンジ	真砂揚げの「真砂」とは細かい砂を意味し、細やかな粒状に仕立てた料理に「真砂」という名前がつけられます。
おやつ		せんべい 牛乳		ベビー菓子	
27	金 😊	お赤飯 豚肉とパプリカソテー 揚げじゃがサラダ 豆腐とれんこんの味噌汁 果物(バナナ)	ごはん	軟飯、おかゆ 豆腐と人参と小松菜煮 じゃが芋煮 ブロッコリーとキャベツ煮 バナナ	お誕生会 
おやつ		♪お誕生日ケーキ 麦茶		ベビーダンゴ	
28	土	チーズサンドはんぺん 厚焼き玉子 野菜炒め 果物(バナナ)	ごはん	煮魚 キャベツと人参煮 もやしスープ バナナ	
おやつ		カスタードワッフル 麦茶		ベビー菓子	
30	月 😊	秋の実ごはん かき揚げ もやしのおかか和え 豚肉と野菜の味噌汁 果物(りんご)	ごはん	軟飯、おかゆ 鶏肉とじゃこ煮 さつま芋と人参のおかか煮 ほうれん草と小松菜スープ りんご(スライス)	かき揚げは、小さく切った魚介類や野菜などを小麦粉を溶いた衣でまとめ、食用油で揚げた天ぷらの一種です。
おやつ		♪ヨーグルトフルーツソース		ヨーグルト	

☆行事や材料の都合により、献立内容が変更になることがあります。



フレンズメニュー(昼食のみアレルギーの子も全員同じメニューが食べられる日です。)

