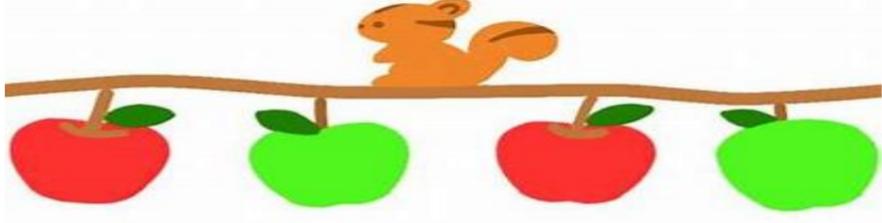


# 11月 給食献立表

キッズビーパル給食室

曜日	月	火	水	木	金	土
日					1	2
行事予定						
昼食					ごはん 肉じゃが かつのりサラダ 小松菜の味噌汁 オレンジゼリー	肉うどん イチゴゼリー
おやつ					牛乳 ゆかりおにぎり	
日	4	5	6	7	8	9
行事予定						
昼食	<b>振替休日</b>	ごはん 鯖のネギ味噌焼き ほうれん草の和え物 豆腐のすまし汁 果物	鶏塩うどん キャベツナ和え ピーチゼリー	ごはん 豚とキャベツのトマト煮 マカロニサラダ キノコのスープ 果物	三色丼 塩昆布和え ジャガイモの味噌汁 パインゼリー	ネギ塩豚丼 あおさ汁 果物
おやつ		麦茶 フライドポテト	牛乳 マヨコーントースト	麦茶 マシュマロクッキー	牛乳 さつまシュガーバター	
日	11	12	13	14	15	16
行事予定						
昼食	ごま塩ごはん 厚揚げとひき肉炒め おかか和え なめこ汁 果物	ごはん ポークチャップ キャベツサラダ ポバイスープ 果物	醤油ラーメン ほうれん草のしらす和え 青りんごゼリー	ごはん 松風焼 大根サラダ 白菜の味噌汁 果物	チャーハン 青梗菜のナムル 豆腐のスープ ブドウゼリー	焼うどん 玉ねぎスープ 果物
おやつ	牛乳 プリンマフィン	麦茶 おかかおにぎり	牛乳 ウイナーロール	麦茶 おかき	牛乳 アップルパイ	
日	18	19	20	21	22	23
行事予定						
昼食	菜飯 タラフライ コーンサラダ 青菜のスープ 果物	ごはん 回鍋肉 春雨サラダ わかめスープ 果物	親子丼 じゃこ和え 具だくさんスープ マスカットゼリー	ごはん チキン南蛮 胡麻マヨ和え 青梗菜スープ 果物	ナポリタン かぶのサラダ エノキのスープ 果物	<b>勤労感謝の日</b>
おやつ	牛乳 パン耳キャラメルラスク	麦茶 ヨーグルト	牛乳 焼きそば	麦茶 ポップコーン	牛乳 チーズせんべい	
日	25	26	27	28	29	30
行事予定					<b>お誕生会</b>	
昼食	わかめごはん 豆腐とかにかまの旨煮 華風浸し 麩のすまし汁 果物	ごはん 生姜焼き カボチャのサラダ ほうれん草の味噌汁 果物	ハヤシライス 海藻とじゃこのサラダ 豆苗スープ イチゴゼリー	ごはん マーボーマロニー もやし中華和え ワンタンスープ 果物	ごはん アンパンマンハンバーグ スパゲティサラダ かぶのスープ みかんゼリー	鶏談うどん フルーツヨーグルト
おやつ	牛乳 きな粉パンケーキ	麦茶 フルーチェ	牛乳 ねじりあんパイ	麦茶 ココアスノーボール	牛乳 チョコシリアルバー	

月平均栄養価	
エネルギー	409
たんぱく質	12.3
脂質	13.6
塩分	1.2