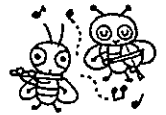




2023年 11月 予定献立表

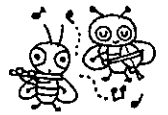


この花ナーサリ学童クラブ



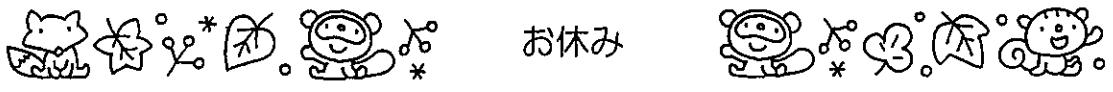
日	曜	昼食献立名	おやつ	材料（昼食とおやつ）		
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
1	水		おにぎり（じゃこおかか）	米	しらす干し、かつお節	
2	木		麦ぜんざい ビスケット	押麦、ビスケット(小麦・乳)、白玉粉	金時豆	
3	金	文化の日（休園）				
4	土	焼きそば ごま塩おにぎり ほうれんそうの白和え 豚汁	乳酸菌飲料 ホットケーキ	焼きそば麺（小麦・大豆）、米、ホットケーキミックス（小麦・乳）、メープルシロップ、油、ごま油	豆腐、豚肉、牛乳、豚肉、卵、みそ	ほうれんそう、キャベツ、たまねぎ、にんじん、だいこん、ピーマン、ごぼう、長ねぎ、いりごま
5	日	お休み				
6	月	タコライス ポテトサラダ 冬瓜とわかめのスープ くだもの	牛乳 ジャムサンド	米、じゃがいも、マヨネーズ（ノンエッグ）、油、食パン（小麦）	牛乳、牛豚合びき肉、チーズ（乳）	たまねぎ、レタス、にんじん、とうがん、ブルーベリージャム、トマト、きゅうり、コーン、わかめ、オレンジ
7	火		おにぎり（昆布・おかか）	米	かつお節	こんぶ、ごま
8	水		ごま入りスティック菓子	小麦粉、ホットケーキミックス（小麦・乳）、油	卵	ごま
9	木		いなり寿司（3歳児〜） チーズ	米	油揚げ、ハッピーチーズ（Fe・Ca）	
10	金		マーブルケーキ	ホットケーキミックス（小麦・乳）、バター（乳）	牛乳、卵、脱脂粉乳	
11	土	麦ごはん フルーツ缶 牛肉のすき焼き風煮 揚げぎょうざ みそ汁（とうがん・しめじ）	バナナ ビスケット	米、押麦	揚げ豆腐、牛肉、みそ	はくさい、もも、とうがん、こんにゃく、にんじん、ほうれんそう、しめじ、長ねぎ、バナナ
12	日	お休み				
13	月	きのこごはん くだもの ちくわ磯辺揚げ もやし中華和え けんちんみそ汁	きなこトースト	米、食パン、小麦粉、バター（乳）、さといも、グラニュー糖、油、ごま油	牛乳、ちくわ、鶏もも肉、みそ、きな粉、卵、脱脂粉乳	もやし、にんじん、だいこん、ごまつな、きゅうり、しめじ、えのきたけ、こんにゃく、ごぼう、ねぎ、しいたけ、みかん、あおのり
14	火		フライドポテト プリン	フライドポテト、プリン（乳・卵）		
15	水		サターアングギー（黒糖）	小麦粉、黒糖、ホットケーキミックス（小麦・乳）、油	卵	
16	木		まめびよ ドーナツ	ドーナツ（小麦・乳・卵・大豆）	まめびよ（大豆）	



2023年 11月 予定献立表



この花ナーサリ学童クラブ

日	曜	昼食献立名	おやつ	材料（昼食とおやつ）		
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
17	金		焼きおにぎり	米	しらす干し	
18	土	牛丼 キャベツのおかか和え 大豆とひじきの煮物 みそ汁（はくさい・えのき） デザート	バナナ 小魚（ごま）	米、油、片栗粉	牛肉、大豆、みそ、小魚（魚・ごま）、かつお節	にんじん、たまねぎ、きゅうり、キャベツ、はくさい、ピーマン、しらたき、いんげん、えのきだけ、ひじき、ねぎ、バナナ、しょうが
19	日	お休み				
20	月	ごはん 昆布の佃煮 白身魚フライ・タルタルソース いり豆腐 みそ汁（はくさい・えのき） くだもの	さつまいもとりんごのケーキ	米、ホットケーキミックス（小麦・乳）、マヨネーズ（ノンエッグ）、油、さつまいも	牛乳、豆腐、卵、みそ、白身魚フライ（魚・小麦・大豆）	ほうれんそう、はくさい、にんじん、りんご、たまねぎ、きゅうり、えのきだけ、こんぶ、しいたけ、みかん、いりごま
21	火		豆腐ドーナツ（ココア）	ホットケーキミックス（小麦・乳）、油	豆腐	
22	水		牛乳 コーンフレーク	コーンフレーク（乳・大豆）	牛乳	
23	木	 勤労感謝の日				
24	金		鶏とひじきの炊き込み御飯	米	鶏もも肉	にんじん、切り干しだいこん、ひじき
25	土	第5回 木の花会運動会	お菓子詰め合わせ			
26	日	 お休み				
27	月		芋てんぷら	さつまいも、小麦粉、油	卵	
28	火		もちケーキ	もち粉、バター（乳）	牛乳、卵	バナナ
29	水		おにぎり（鮭・わかめ）	米	さけ	わかめ
30	木		乳酸菌飲料 蒸しカステラ（黒糖）	強力粉（小麦）、黒糖	乳酸菌飲料（乳）、牛乳	

※ 園児の月齢、保育園行事、給食材料等の都合で献立を変更することがあります。