



H25年

11月 前半 こんだてひょう



日 ち	曜 日	日本 の 行 事	イ ベ ン ト	昼食	おやつ	夕食	3色食品群		
							熱や力になる	血や肉や骨になる	体の調子を整える
1	金			バターライス チキンのトマト煮 コーンサラダ スープ 果物	さつまいのバター焼き 牛乳	焼きうどん 南瓜のそぼろあんかけ 和え物 味噌汁 果物	米、バター、砂糖、小麦粉、油、じゃが 芋、さつまい、オリーブ油、干めん、片 栗粉	鶏肉、牛乳、豚肉、じゃこ、豆腐、油揚 げ	玉ねぎ、人参、パセリ、キャベツ、コーン、胡瓜、 えのき、白菜、にんにく、トマト缶、しめじ、ピー マン、南瓜、小松菜、茄子、果物
2	土			鶏ごぼうご飯 魚の塩麹焼き 和え物 すまし汁 ヨーグルト	南瓜のクリームニョッキ 果物	ご飯 酢鶏 酢の物 スープ 果物	米、小麦粉、片栗粉、油、砂糖、ゴマ	鶏肉、魚、豆腐、生クリーム、ヨーグル ト	ごぼう、人参、玉ねぎ、こんにゃく、ひじき、長ね ぎ、椎茸、ピーマン、にんにく、ワカメ、胡瓜、大 根、生姜、小松菜、果物
3	日	文化 の日		ご飯 豆腐と豚肉の味噌煮 おなか和え きのこと汁 果物	コンビパン 牛乳	タコライス ブロッコリーソテー ふかし芋 すまし汁 果物	米、砂糖、さつまい、ジャム、マーガリ ン、食パン、油	豆腐、豚肉、かつお節、牛乳、チーズ、 ベーコン、ウィンナー	大根、椎茸、しめじ、えのき、なめこ、白菜、玉ね ぎ、人参、長ねぎ、生姜、ブロッコリー、胡瓜、 キャベツ、トマト、にんにく、コーン、果物
4	月	振替 休日		ご飯 肉じゃが 野菜とベーコン炒め 味噌汁 果物	スコーン 牛乳	ご飯 鮭の塩焼き 花野菜サラダ 豚汁 果物	米、じゃが芋、小麦粉、バター、油、ご ま油、砂糖	豚肉、鮭、牛乳、ベーコン、豆腐	人参、インゲン、玉ねぎ、ピーマン、エリンギ、蓮 根、ワカメ、長ねぎ、レーズン、ブロッコリー、 コーン、大根、ごぼう、果物
5	火			味噌ラーメン ゴマチキン 南瓜サラダ ヨーグルト	おにぎり 果物	ご飯 大根と鶏肉の照り煮 りんごとさつまいサラダ 味噌汁	中華麺、油、砂糖、ゴマ、小麦粉、ごま 油、米、さつまい、マヨネーズ	豚肉、鶏肉、豆腐、ヨーグルト	にんにく、生姜、玉ねぎ、人参、もやし、コーン、 チンゲン菜、南瓜、レーズン、小松菜、インゲン、 大根、長ねぎ、果物
6	水		カ フェ	ご飯 チキンステーキ(きのこソー ス) マッシュポテト パプリカマリネ スープ 果物	手作りおやつ 牛乳	トマトスパゲッティ チキンムニエル 野菜ソテー スープ 果物	米、小麦粉、油、オリーブ油、バター、 砂糖、じゃが芋、スパゲッティ	鶏肉、牛乳、ツナ	玉ねぎ、人参、コーン、キャベツ、えのき、にんに く、しめじ、エリンギ、アスパラガス、パセリ、か ぶ、トマト、ほうれん草、大根、果物
7	木			ご飯 魚の照焼き 炊き合わせ けんちん汁 果物	クラッカーサンド バナナヨーグルト	切干大根の混ぜご飯 高野豆腐の煮物 南瓜の胡麻和え すまし汁 果物	米、片栗粉、麩、クラッカー、ジャム、 ゴマ、砂糖、油	魚、鶏肉、高野豆腐、ベーコン、油揚 げ、ヨーグルト	かぶ、人参、長ねぎ、大根、ほうれん草、えのき、 切干大根、南瓜、胡瓜、絹さや、ごぼう、蓮根、果 物
8	金			パン 鶏肉のオレンジソース ピーズサラダ 豆乳ポターージュ 果物	みたらし団子 牛乳	ご飯 アジの蒲焼き ゴマ和え すまし汁 果物	パン、小麦粉、油、片栗粉、ジャム、砂 糖、じゃが芋、米、白玉粉、ゴマ	鶏肉、豆腐、豆乳、大豆水煮、アジ、牛 乳	人参、胡瓜、キャベツ、ひじき、ほうれん草、コー ン、セロリ、玉ねぎ、生姜、果物
9	土		ア ニ バー	手作り料理	手作りおやつ	ご飯 麻婆茄子 ナムル スープ 果物	米、小麦粉、ごま油、バター、油、じゃ が芋、砂糖、ごま、ごま油	鶏肉、豚肉、豆腐、油揚げ	人参、にんにく、生姜、玉ねぎ、きゃべつ、コー ン、ブロッコリー、セロリ、ほうれん草、茄子、椎 茸、長ねぎ、もやし、えのき、果物
10	日			ご飯 ひじき入り卵焼き お浸し 味噌汁 果物	パンプキンサンド 牛乳	さつまいご飯 バター醤油炒め 煮物 味噌汁。果物	米、砂糖、油、パン、さつまい、ゴマ、 バター、小麦粉	しらす、卵、高野豆腐、鶏肉、かつお 節、生クリーム、牛乳、油揚げ	ひじき、人参、玉ねぎ、ほうれん草、ワカメ、大 根、ブロッコリー、インゲン、南瓜、果物
11	月			ご飯 スタミナ炒め 中華風サラダ スープ 果物	バナナパン 牛乳	ボークストロガヌフ さつまいサラダ 胡瓜ソテー スープ 果物	米、油、バター、ごま油、片栗粉、小麦 粉、砂糖、ゴマ、さつまい	豚肉、ハム、卵、牛乳、ヨーグルト、生 クリーム、ベーコン	人参、玉ねぎ、ニラ、にんにく、生姜、切干大根、 ワカメ、エリンギ、しめじ、南瓜、胡瓜、えのき、 大根、レーズン、パセリ、果物
12	火			ご飯 味噌カツ 磯部和え すまし汁 果物	ココアホットケーキ 牛乳	ご飯 茄子と厚揚げの味噌炒め ゴマ和え すまし汁 果物	米、パン粉、小麦粉、油、ゴマ、砂糖	豆腐、鶏肉、しらす、厚揚げ、牛乳	キャベツ、人参、えのき、ほうれん草、茄子、ピー マン、ひじき、長ねぎ、果物
13	水		カ フェ	栗ごはん ぶり大根 青菜の和え物 味噌汁 果物	手作りおやつ 牛乳	五目うどん 鶏肉のみそ焼き ジャーマンポテト 果物	米、砂糖、栗、油、ゴマ、じゃが芋、オ リーブ油、干めん	小麦粉、鱈、油揚げ、鶏肉、ベーコン、 牛乳	小松菜、しめじ、蓮根、生姜、大根、かぶ、人 参、長ねぎ、椎茸、玉ねぎ、ピーマン、パセリ、果 物
14	木			ご飯 松風焼き 切干大根煮 すまし汁 果物	ケーキ 牛乳	ご飯 鶏と茄子のおろし煮 大学芋 具たくさん汁 果物	米、小麦粉、油、ちくわ、砂糖、ゴマ、 さつまい、片栗粉、パン粉	鶏肉、豆腐、牛乳	茄子、玉ねぎ、人参、椎茸、大根、インゲン、切干 大根、ほうれん草、しめじ、白菜、長ねぎ、果物
15	金			クリーム Pasta 魚のカレー風味ソテー 人参サラダ コンソメスープ 果物	南瓜プリン せんべい or ビスケット	ご飯 魚の黒酢あんかけ おなか和え きのこと汁 果物	スパゲッティ、オリーブ油、バター、小 麦粉、砂糖、ごま油、片栗粉、米、せん べい、ビスケット	魚、ベーコン、ツナ、牛乳、生クリー ム、かつお節、チーズ	しめじ、玉ねぎ、にんにく、蓮根、人参、レーズ ン、キャベツ、トマト、セロリ、インゲン、なめ こ、しめじ、えのき、長ねぎ、パセリ、コーン、果 物

カフェ、夜カフェ、開放デーでは
子ども達に提供している給食をお弁当形式で販売しています。
おやつもカフェタイムに食べられます。
ぜひこの機会にお召し上がりください!!
※食数には限りがございます。



カフェ：毎週水曜日(月により変更あり)
お弁当*12:00~13:30
カフェ*14:30~15:30
夜カフェ：第4金曜日(月により変更あり)
18:30~20:00
開放デー：第3日曜日

※都合により変更となる場合があります。ご了承ください。

※3色食品群は食品に含まれる栄養素を見ただけでわかりやすくする為の目安です。
香辛料や醤油・味噌などの調味料は3色食品群に分類されない為、記載しておりません。



H25年

11月 後半 こんだてひょう



日 に ち	曜 日	日 本 の 行 事	イ ベ ン ト	昼 食	お や つ	夕 食	3 色 食 品 群		
							熱 や 力 に な る	血 や 肉 や 骨 に な る	体 の 調 子 を 整 え る
16	土			鶏ごぼうご飯 魚の塩麹焼き 和え物 すまし汁 ヨーグルト	南瓜のクリームニョッキ 果物	ご飯 酢鶏 酢の物 スープ 果物	米、小麦粉、片栗粉、油、砂糖、ゴマ	鶏肉、魚、豆腐、生クリーム、ヨーグル ト	ごぼう、人参、玉ねぎ、こんにゃく、ひじき、長ね ぎ、椎茸、ピーマン、にんにく、ワカメ、胡瓜、大 根、生姜、小松菜、果物
17	日		開 放 デ ー	パン 鮭ときのこのホワイトソース 野菜のマリネ スープ ヨーグルト	おにぎり 果物	ご飯 豚肉の三宝菜 中華風サラダ 春雨スープ 果物	パン、米、小麦粉、バター、油、じゃが 芋、片栗粉、ごま油、ゴマ	鮭、牛乳、豚肉、ツナ、ハム、ヨーグル ト	玉ねぎ、人参、エリンギ、南瓜、ブロッコリー、セ ロリ、しめじ、白菜、キャベツ、コーン、果物
18	月			ご飯 肉じゃが 野菜とベーコン炒め 味噌汁 果物	スコーン 牛乳	ご飯 鮭の塩焼き 花野菜サラダ 豚汁 果物	米、じゃが芋、小麦粉、バター、油、ご ま油、砂糖	豚肉、鮭、牛乳、ベーコン、豆腐	人参、インゲン、玉ねぎ、ピーマン、エリンギ、蓮 根、ワカメ、長ねぎ、レーズン、ブロッコリー、 コーン、大根、ごぼう、果物
19	火			味噌ラーメン ゴマチキン 南瓜サラダ ヨーグルト	おにぎり 果物	ご飯 大根と鶏肉の照り煮 りんごとさつま芋サラダ 味噌汁 果物	中華麺、油、砂糖、ゴマ、小麦粉、ごま 油、米、さつま芋、マヨネーズ	豚肉、鶏肉、豆腐、ヨーグルト	にんにく、生姜、玉ねぎ、人参、もやし、コーン、 チンゲン菜、南瓜、レーズン、小松菜、インゲン、 大根、長ねぎ、果物
20	水		カ フ エ	ご飯 チキンステーキ(きのこソー ス) マッシュポテト パプリカマリネ スープ 果物	手作りおやつ 牛乳	トマトスパゲッティ チキンムニエル 野菜ソーテ スープ 果物	米、小麦粉、油、オリーブ油、バター、 砂糖、じゃが芋、スパゲッティ	鶏肉、牛乳、ツナ	玉ねぎ、人参、コーン、キャベツ、えのき、にんに く、しめじ、エリンギ、アスパラガス、ハセリ、か ぶ、トマト、ほうれん草、大根、果物
21	木			ご飯 魚の照焼き 炊き合わせ けんちん汁 果物	クラッカーサンド バナナヨーグルト	切干大根の混ぜご飯 煮物 南瓜の胡麻和え すまし汁 果物	米、片栗粉、麩、クラッカー、ジャム、 ゴマ、砂糖、油	魚、鶏肉、高野豆腐、ベーコン、油揚 げ、ヨーグルト	かぶ、人参、長ねぎ、大根、ほうれん草、えのき、 切干大根、南瓜、胡瓜、絹さや、ごぼう、蓮根、果 物
22	金			パン 鶏肉のオレンジソース ビーンズサラダ 豆乳ポタージュ 果物	みたらし団子 牛乳	ご飯 アジの蒲焼き ゴマ和え すまし汁 果物	パン、小麦粉、油、片栗粉、ジャム、砂 糖、じゃが芋、米、白玉粉、ゴマ	鶏肉、豆腐、豆乳、大豆水煮、アジ、牛 乳	人参、胡瓜、キャベツ、ひじき、ほうれん草、コー ン、セロリ、玉ねぎ、生姜、果物
23	土	勤 労 日 感 謝		バターライス チキンのトマト煮 コーンサラダ スープ 果物	さつま芋のバター焼き 牛乳	ご飯 麻婆茄子 ナムル スープ 果物	米、小麦粉、油、オリーブ油、ごま油、 ゴマ、じゃが芋、さつま芋、砂糖、片栗 粉	豚肉、牛乳、鶏肉	茄子、人参、長ねぎ、椎茸、にんにく、生姜、トマ ト、しめじ、胡瓜、キャベツ、コーン、白菜、えの き、もやし、ほうれん草、果物
24	日			ご飯 ひじき入り卵焼き お浸し 味噌汁 果物	パンキンサンド 牛乳	さつま芋ご飯 バター醤油炒め 煮物 味噌汁 果物	米、砂糖、油、パン、さつま芋、ゴマ、 バター、小麦粉	しらす、卵、高野豆腐、鶏肉、かつお 節、生クリーム、牛乳、油揚げ	ひじき、人参、玉ねぎ、ほうれん草、ワカメ、大 根、ブロッコリー、インゲン、南瓜、果物
25	月			ご飯 スタミナ炒め 中華風サラダ スープ 果物	バナナパン 牛乳	ポークストロガヌフ さつま芋サラダ 胡瓜ソーテ スープ 果物	米、油、バター、ごま油、片栗粉、小麦 粉、砂糖、ゴマ、さつま芋	豚肉、ハム、卵、牛乳、ヨーグルト、生 クリーム、ベーコン	人参、玉ねぎ、ニラ、にんにく、生姜、切干大根、 ワカメ、エリンギ、しめじ、南瓜、胡瓜、えのき、 大根、レーズン、ハセリ、果物
26	火			ご飯 味噌カツ 磯部和え すまし汁 果物	ココアホットケーキ 牛乳	ご飯 茄子と厚揚げの味噌炒め ゴマ和え すまし汁 果物	米、パン粉、小麦粉、油、ゴマ、砂糖	豆腐、鶏肉、しらす、厚揚げ、牛乳	キャベツ、人参、えのき、ほうれん草、茄子、ピー マン、ひじき、長ねぎ、果物
27	水		カ フ エ	栗ごはん ぶり大根 青菜の和え物 味噌汁 果物	手作りおやつ 牛乳	五目うどん 鶏肉のみそ焼き ジャーマンポテト 果物	米、砂糖、栗、油、ゴマ、じゃが芋、オ リーブ油、干めん	小麦粉、鱈、油揚げ、鶏肉、ベーコン、 牛乳	小松菜、しめじ、蓮根、生姜、大根、かぶ、人 参、長ねぎ、椎茸、玉ねぎ、ピーマン、ハセリ、果 物
28	木			ご飯 松風焼き 切干大根煮 すまし汁 果物	ケーキ 牛乳	ご飯 鶏と茄子のおろし煮 大学芋 貝たくさん汁 果物	米、小麦粉、油、ちくわ、砂糖、ゴマ、 さつま芋、片栗粉、パン粉	鶏肉、豆腐、牛乳	茄子、玉ねぎ、人参、椎茸、大根、インゲン、切干 大根、ほうれん草、しめじ、白菜、長ねぎ、果物
29	金			クリームパスタ 魚のカレー風味ソー 人参サラダ コンソメスープ 果物	南瓜プリン せんべいorビスケット	ご飯 魚の黒酢あんかけ おかか和え きのこ汁 果物	スパゲッティ、オリーブ油、バター、小 麦粉、砂糖、ごま油、片栗粉、米、せん べい、ビスケット	魚、ベーコン、ツナ、牛乳、生クリー ム、かつお節、チーズ	しめじ、玉ねぎ、にんにく、蓮根、人参、レーズ ン、キャベツ、トマト、セロリ、インゲン、なめ こ、しめじ、えのき、大根、人参、キャベツ、コーン、果 物
30	土			ご飯 豆腐と豚肉の味噌煮 おかか和え きのこ汁 果物	コンビパン 牛乳	焼きうどん 南瓜のそぼろあんかけ 和え物 味噌汁 果物	米、砂糖、油、干めん、パン、ジャム、 マーガリン、片栗粉	豚肉、豆腐、かつお節、鶏肉、じゃこ、 油揚げ、牛乳	茄子、小松菜、長ねぎ、白菜、ブロッコリー、なめ こ、しめじ、えのき、大根、人参、キャベツ、ピー マン、南瓜、果物

カフェ、夜カフェ、開放デーでは
子ども達に提供している給食をお弁当形式で販売しています。
おやつもカフェタイムに食べられます。
ぜひこの機会にお召し上がりください!!
※食数には限りがございます。



カフェ：毎週水曜日(月により変更あり)
お弁当*12:00~13:30
カフェ*14:30~15:30
夜カフェ：第4金曜日[月により変更あり]
18:30~20:00
開放デー：第3日曜日

※都合により変更となる場合があります。ご了承ください。

※3色食品群は食品に含まれる栄養素を見ただけでわかりやすくする為の日目安です。
香辛料や醤油・味噌などの調味料は3色食品群に分類されない為、記載しておりません。