



# 11月 給食だより



朝、夕と冷え込むようになり秋も深まってきました。冬がそこまでやってきましたね。もうすぐ感染症が流行する冬が近づいてきます。季節の変わり目は体調を崩しやすいので、旬の食材をたくさん食べて寒さに負けないから作りをしましょう！



10月18日のお芋ほりの日にほったお芋。調理室に8キロもおすそ分けしてもらいました！20日のおやつに「ふかし芋」にしてみんなで食べました。自分でほったお芋は一段と美味しかった幼児組さんでした！！



幼児組さんがお芋ほりに行ってる間、調理室では「かぼちゃのコロコロドーナツ」を600個ほど作っていました！



## 11月は感謝の月です！！

11月23日は「勤労感謝の日」です。昔は「新嘗祭(にいなめさい)」といい、その年に収穫された食べ物に感謝する風習がありました。戦後は、世の中をかたち作る全ての勤労に感謝しようという思いから「勤労感謝の日」と名前が変わりました。

毎日食べている給食も調理室だけではなく、たくさんの方の支えがあり提供出来ています。見えないところでお世話になっている人がいることを忘れずに、感謝して給食を頂きましょう！

日付	曜日	昼食	材料	おやつ
13 27	月	・ごはん ・鶏のケチャップ焼き ・みかんサラダ ・オニオンスープ	・精白米、胚芽米 ・鶏肉(にんにく、ケチャップ、ウスターソース、砂糖) ・胡瓜、トマト、みかん缶(青じそドレッシング) ・玉葱、パセリ、コーン(コンソメ)	・牛乳 ・麩のココアラスク (麩、ココア、マーガリン、砂糖)
14	火	・黒糖食パン ・ホワイトシチュー ・和風コールスロー	・黒糖食パン ・鶏肉、玉葱、人参、じゃが芋、牛乳(ホワイトルウ、塩胡椒) ・白菜、人参、胡瓜、かつお節(マヨドレ、ポン酢、塩)	・牛乳 ・鮭おにぎり (精白米、胚芽米、鮭、大葉、胡麻)
28	火	・収穫感謝のカレーライス ・みんなで作るお楽しみサラダ	・精白米、胚芽米、豚肉、人参、玉葱、じゃが芋 ・収穫感謝のお野菜(カレールウ、醤油、牛乳) ・ウインナー、チーズ、レタス、ブロッコリー、人参、コーン、収穫感謝のお野菜(マヨドレ、塩胡椒)	幼児) ミックスジュースとお菓子 (収穫感謝の果物、果物缶、牛乳) 乳児) ・牛乳 ・収穫感謝の果物 ・お菓子
1	水	・ミンチカレーライス ・フルーツカクテル	・精白米、胚芽米、豚ミンチ、人参、玉葱、じゃが芋、 (カレールウ、牛乳、醤油) ・みかん缶、もも缶、パイン缶	・牛乳 ・抹茶ツイスト
15 29	水	・ごはん ・鯖のボン酢焼き ・高野豆腐の炊いたん ・味噌汁	・精白米、胚芽米 ・鯖(ボン酢、酒、塩) ・高野豆腐、平天、人参、椎茸、三度豆(醤油、砂糖、みりん) ・玉葱、人参、わかめ(味噌)	・牛乳 ・焼きいも (さつまいも)
2	木	・ごはん ・ししゃも焼き ・白菜と厚揚げの煮物 ・味噌汁	・精白米、胚芽米 ・ししゃも ・白菜、厚揚げ、人参(醤油、みりん、砂糖) ・じゃが芋、玉葱、人参(味噌)	・牛乳 ・りんごのゼリー ・お菓子
16 30	木	・ごはん ・豚肉の生姜焼き ・白和え ・すまし汁	・精白米、胚芽米 ・豚肉、玉葱、人参、もやし、シロ(生姜、砂糖、醤油、みりん、酒) ・豆腐、平天、人参、しめじ、小松菜(白味噌、醤油、砂糖) ・えのき、人参、三つ葉(醤油)	・牛乳 ・セサミマーブルケーキ (小麦粉、砂糖、ベーキングパウダー、卵、マーガリン、牛乳、黒すり胡麻)
17	金	・ごはん ・ししゃも焼き ・白菜と厚揚げの煮物 ・味噌汁	・精白米、胚芽米 ・ししゃも ・白菜、厚揚げ、人参(醤油、みりん、砂糖) ・じゃが芋、玉葱、人参(味噌)	・牛乳 ・果物 ・お菓子
4 18	土	・チキンライス ・果物 ・コンソメスープ	・精白米、胚芽米、鶏肉、玉葱、人参、コーン (ケチャップ、コンソメ、塩胡椒、油) ・果物 ・玉葱、人参、キャベツ(コンソメ)	・牛乳 ・お菓子
6 20	月	・ごはん ・鶏の塩麩焼き ・おからのポテサラ ・春雨スープ	・精白米、胚芽米 ・鶏肉(塩麩) ・おから、じゃがいも、ハム、胡瓜、人参(マヨドレ、酢、塩胡椒) ・春雨、ニラ、人参(鶏ガラ)	・牛乳 ・ヨーグルト ・お菓子
7 21	火	・ごはん ・べったんこしゅうまい ・ラーメンサラダ ・味噌汁	・精白米、胚芽米 ・豚ミンチ、長ネギ、椎茸、玉葱、生姜、しゅうまいの皮(酒、醤油、胡麻油、砂糖、片栗粉、ポン酢) ・中華麺、ささみ、胡瓜、キャベツ、人参(醤油、砂糖、酢、胡麻油) ・麩、玉葱、人参(味噌)	・牛乳 ・小倉トーストサンド (食パン、こしあん、マーガリン)
8 22	水	・ごはん ・お好みちくわ ・ほうれん草の胡麻和え ・すまし汁	・精白米、胚芽米 ・ちくわ、鯉節、青海苔(お好みソース、マヨドレ) ・ほうれん草、キャベツ、人参、すり胡麻(醤油、砂糖) ・大根、人参、そうめん(醤油)	・牛乳 ・人参もち (米粉、人参、砂糖、豆乳、きな粉)
9 お誕生日 参観の日	木	・ごはん ・秋のコロッケ ・タルタルサラダ ・味噌汁 ・果物	・精白米、胚芽米 ・さつまいも、豚ミンチ、玉葱、人参(パン粉、小麦粉、塩胡椒、ウスターソース、ケチャップ、油) ・卵、ブロッコリー、人参、玉葱(マヨドレ、酢、塩胡椒) ・豆腐、玉葱、人参(味噌) ・柿	・牛乳 ・カラフル白玉 (白玉粉、豆腐、砂糖、苺、キウイ、バナナ、みかん缶)
10	金	☆お弁当の日☆ ・牛乳 ・うどん で ドーナツ	・小麦粉、うどん、きな粉、粉糖、油	
24	金	・ごはん ・カレー風味肉じゃが ・カニカマの酢の物 ・味噌汁	・精白米、胚芽米 ・豚肉、じゃが芋、玉葱、人参、三度豆(カレー粉、醤油、砂糖、酒、みりん、油、生姜) ・カニカマ、胡瓜、人参、わかめ(酢、醤油、砂糖) ・油揚げ、玉葱、人参(味噌)	・牛乳 ・果物 ・お菓子
11 25	土	・焼うどん ・果物 ・レタススープ	・乾麺、豚肉、キャベツ、人参、ピーマン、鯉節、青海苔 (鶏ガラ、醤油、塩胡椒) ・果物 ・レタス、玉葱、人参(鶏ガラ)	・牛乳 ・お菓子

\*材料の都合により献立が変更する場合があります。ご了承ください。  
\*何か気になることがございましたら調理室又は保育士までお声がけ下さい。