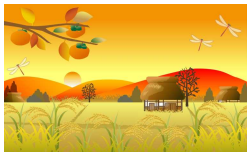
11 月 給 食 献 立 表

幼保連携型認定こども園　川原石こども園

1～5才	**1・15（水）**	**2・16（木）**	**4・18（土）**	**6（月）・29（水）**
	すきやき風煮 ポテトサラダ ご飯　パイン缶	ツナ入り厚焼き卵 ボイルキャベツ　豚汁 ご飯　りんご	チャンポンメン かぼちゃのグラッセ バナナ	キャベツバーグ　レタス みそ汁 ご飯　みかん
	ミルク　菓子/ヨーグルト	ミルク　菓子	ミルク　菓子	ミルク　菓子
後期	すきやき風煮 野菜のやわらか煮 硬がゆ　バナナ	豆腐の煮付　豚汁 キャベツの煮びたし 硬がゆ　りんご	煮込みうどん　豆腐の煮付 かぼちゃのグラッセ バナナ	豆腐と野菜の煮付 レタス　みそ汁 硬がゆ　みかん
	ミルク　菓子/ヨーグルト	ミルク　菓子	ミルク　菓子	ミルク　菓子
中期	豆腐入り野菜のやわらか煮 野菜のやわらか煮 やわらか粥	豆腐の煮付　みそ汁 キャベツの煮びたし やわらか粥	うどんのやわらか煮 豆腐の煮付 かぼちゃの煮付	豆腐と野菜の煮付 みそ汁 やわらか粥
	ミルク　果汁	ミルク　果汁	ミルク　果汁	ミルク　果汁
1～5才	**7（火）・20（月）**	**8・22（水）**	**9（木）**	**10・24（金）**
	ジャーマンオムレツ トマト　生酢 ご飯　りんご/バナナ	洋風がんもどき　レタス かぼちゃの煮付 ご飯　パイン缶	クリームシチュー ツナサラダ ご飯　ゴールドキウイ	魚の焼き漬け　里芋の煮付 ボイルキャベツ ご飯　柿
	スィートポテト/ミルク菓子	ミルク　菓子	ミルク　菓子	ミルク　菓子
後期	ジャーマンポテト トマト　生酢 硬がゆ　りんご/バナナ	豆腐と野菜の煮付 かぼちゃの煮付 硬がゆ　みかん	肉じゃが ツナサラダ 硬がゆ　りんご	白身魚の煮付　里芋の煮付 キャベツの煮びたし 硬がゆ　バナナ
	スィートポテト/ミルク菓子	ミルク　菓子	ミルク　菓子	ミルク　菓子
中期	じゃが芋の煮物 トマト　きゅうりのくず煮 やわらか粥	豆腐と野菜の煮付 かぼちゃの煮付 やわらか粥	豆腐入り野菜のやわらか煮 きゅうりのくず煮 やわらか粥	白身魚やわらか煮　キャベツ煮びたし　じゃが芋と人参やわらか煮　やわらか粥
	ミルク　果汁	ミルク　果汁	ミルク　果汁	ミルク　果汁
1～5才	**21（火）　お誕生会**	**11・25（土）**	**13・27（月）**	**14・28（火）**
	煮込みハンバーグ　レタス トマト　マカロニサラダ 赤飯　みかん　りんご	親子煮 スパゲティソテー ご飯　バナナ	かき揚げ　みそ汁 ボイルキャベツ ご飯　みかん/バナナ	魚のホイル蒸し　トマト 麻婆もやし　ご飯 ゴールドキウイ/りんご
	ミルク　菓子	ミルク　菓子	ミルク菓子/クリームサンド	ミルク　菓子
後期	白身魚の野菜煮　トマト マカロニサラダ 硬がゆ　みかん　りんご	鶏と野菜の煮付 スパゲティソテー 硬がゆ　バナナ	豆腐と野菜の煮付　みそ汁 さつま芋の甘煮 硬がゆ　みかん/バナナ	白身魚のくず煮 野菜のやわらか煮 硬がゆ　りんご
	ミルク　菓子	ミルク　菓子	ミルク菓子/クリームサンド	ミルク　菓子
中期	白身魚の野菜煮　トマト煮びたし　人参のやわらか煮 やわらか粥	豆腐のくず煮 野菜のペースト やわらか粥	豆腐の野菜の煮付　みそ汁 さつま芋の甘煮 やわらか粥	白身魚のくず煮 野菜のやわらか煮 やわらか粥
	ミルク　果汁	ミルク　果汁	ミルク　果汁	ミルク　果汁
1～5才	**17（金）**	**30（木）**		
	レモンチキン　人参の甘煮 小松菜のごま和え ご飯　柿	牛肉ときのこのカレー ツナサラダ ご飯　ゴールドキウイ		
	ミルク　菓子	ヤクルト　菓子		
後期	白身魚の野菜煮　人参の甘煮　小松菜のごま和え 硬がゆ　りんご	肉じゃが ツナサラダ 硬がゆ　バナナ		
	ミルク　菓子	ミルク　菓子		
中期	白身魚の野菜煮 小松菜の煮びたし やわらか粥	豆腐入り野菜のやわらか煮 きゅうりのくず煮 やわらか粥		
	ミルク　果汁	ミルク　果汁		

●園児達の発育成長の促進と生活習慣病予防に配慮して食材の味を生かした減塩･昆布･煮干･鰹節による味付け調理をしています。



●デザートの果物は旬の時期や鮮度等により調整します。

●未満児は 9:30 と 15:00、幼児は 15:00 におやつを食べます。

●おやつには、塩分・糖分の少ない菓子、骨ごと食べる小魚、ヨーグルト、乳酸飲料、手作りおやつ等、夏季には適時、冷菓を取り入れています。