

給食だより 11月

弁当の日 7日、21日
 ごはんをもってくる日 14日、28日

光幼稚園

火		水		木		金	
						1 食パン、牛乳 鶏肉のグリエ (鶏肉、味噌、生姜、にんにく、ハチミツ) ポテトサラダ (じゃがいも、人参、きゅうり、コーン 魚肉ソーセージ、マヨネーズ) ジュリアンスープ (玉葱、人参、セロリ、パセリ、ベーコン)	
5 ごはん、牛乳 鮭の西京焼き (鮭、白味噌、味醂) 切り干し大根の煮物 (切り干し大根、人参、椎茸、さつま揚げ) 里芋のみそ汁 (里芋、玉葱、人参、葱、味噌)		6 ロールパン、牛乳 大豆サラダ (大豆水煮、人参、きゅうり、ハム、 プロセスチーズ、レーズン、マヨネーズ) 春雨と肉団子のスープ (春雨、豚肉、玉葱、人参、卵、椎茸、 白菜、長葱、鶏ガラスープ) ヨーグルトキッス		7 お弁当の日		8 年長リクエストメニュー カレーライス (米、豚肉、じゃがいも、人参、玉葱) 牛乳、福神漬け グリーンサラダ (キャベツ、きゅうり、レタス、ハム、コーン) フルーツ	
12 きのこ御飯 (米、鶏肉、人参、椎茸、えのき、 いんげん、しめじ) 白菜漬け 里芋の含め煮 豆腐のみそ汁 (豆腐、玉葱、人参、わかめ、味噌)		13 親子うどん、牛乳 (うどん、鶏肉、玉葱、人参、干しいたけ 赤板かまぼこ、卵、長葱) 小籠包 かぼちゃのごま和え (かぼちゃ、白ごま、醤油)		14 ご飯、お茶をもってくる日 すき焼き風煮 (牛肉、白菜、人参、椎茸、しらたき 豆腐、長葱) わかめとえのきの生姜和え (わかめ、えのき、きゅうり、コーン、ちくわ 生姜、かつぶし) 大学芋 (さつまいも、黒ごま)		15 胚芽ロール、牛乳 エビ揚げぎょうざ (ギョーザの皮、ムキエビ、たけのこ 生姜、ごま油) いんげんとコーンのソテー (いんげん、人参、コーン) ミルクスープ (かぼちゃ、人参、玉葱、ベーコン 牛乳、パセリ)	
19 御飯、牛乳 あじソフライ 高野豆腐の含め煮 豚汁 (豚肉、大根、人参、しめじ、板こんにゃく さつま芋、長葱、味噌)		20 スープスパゲッティ (スパゲッティ、玉葱、人参、じゃがいも コーン、いんげん、牛乳) フライドポテト、牛乳 (じゃがいも、塩) ナムル (もやし、きゅうり、人参、ハム、ごま油)		21 お弁当の日		22 お芋パーティー(芋クッキング) 食パン、牛乳 麻婆大根 (豚肉、生姜、大根、人参、ニラ) さつまいものサラダ (さつまいも、きゅうり、魚肉ソーセージ チーズ、レーズン、マヨネーズ) 卵豆腐の清汁 (卵豆腐、玉葱、人参、しめじ、葱)	
26 大根菜めし (米、大根菜、ジャコ、ごま) キスの天ぷら 白菜の浸し ふのみそ汁 (玉葱、人参、麩、わかめ、味噌)		27 ラーメン、牛乳 (中華麺、豚肉、玉葱、人参、キャベツ、 もやし、葱) さつま芋のミルク煮 (さつまいも、レーズン、牛乳) 中華きゅうり (きゅうり、ごま油、醤油)		28 ご飯、お茶をもってくる日 おでん (牛肉、大根、人参、板こんにゃく、豆腐 ごぼう天、うずら卵) ゆかり和え (キャベツ、人参、きゅうり、ちくわ、ゆかり) 枝豆		29 チーズパン、牛乳 牛肉コロケ パプリカサラダ (レタス、きゅうり、パプリカ(赤) パプリカ(黄)、ハム) わかめと長葱のみそ汁 (わかめ、玉葱、人参、長葱、味噌)	