



11月給食献立表



平佐保育園

月	火	水	木	金	土
		1 カレーシチュー グリーンサラダ 果物 	2 豚骨煮 塩昆布あえ 牛乳 ★アーモンドクッキー	3 文化の日 	4 豆腐の中華炒め ひじきの炒め煮 ミルク 果物&菓子
		6 魚のかば焼風 根菜サラダ みそ汁 	7 スープスパゲティ ハムサラダ 		8 魚のピザ風焼 ちりじゃこサラダ 果物
牛乳 ★かぼちゃ団子	牛乳 ★スイートポテト	牛乳 ★肉まん	ミルク あんぱん	牛乳 ★芋かるかん	ミルク 菓子
13 魚のフライオーロラソース ダイコンサラダ 果物 	14 たまごのクラフティ スパゲティサラダ 果物 	15 さつまあげ 春雨の酢の物 果物 	16 誕生会 栗おこわ ブリの照り焼き 野菜のごまあえ 果物 みそ汁 	17 豚汁 納豆あえ 	18 八宝菜 ミニ春巻
牛乳 ★スノーボールクッキー	ミルク ソフール	牛乳 ★りんごとくりの蒸しケーキ	牛乳 ケーキ	牛乳 ★丸ぼうろ	ミルク チーズ&菓子
20 カレーうどん 即席漬 	21 クリームシチュー サラダ 	22 豆腐ハンバーグ 野菜ソテー 果物 	23 勤労感謝の日 	24 サバの竜田あげ 友禅あえ すまし汁 ミルク ココアワッフル	25 ぎょうざの野菜あんかけ 五目きんぴら ミルク 菓子
ミルク 焼プリンタルト	ミルク カステラサンド	牛乳 ★じゃがもち		27 牛肉と春雨のごま炒め ツナあえ 	28 魚のホイル焼 かぼちゃの含め煮 みそ汁
牛乳 ★みたらし団子	牛乳 ★ツナマヨトースト	牛乳 ★大学芋	30 鶏肉と厚揚げのみそ煮 おかかあえ 		
			ミルク ミニエクレア		

「和食の日」に新米の食事を

11月24日は「和食の日」です。
 日本の伝統的な食文化について見直し、和食文化の保護・継承の大切さについて考える日とされています。
 秋の実りの季節に、新米とだしを使った汁もの、旬の魚や野菜を取り入れた主菜副菜で和食をいただきます。

※パン給食の日
 11月10日(金曜日)です。
 すみれ組・ゆり組はお箸のみ持たせてください。

※誕生会
 11月16日(木曜日)です。
 15日(水曜日)までにお米約60gを持たせてください。

◎よろしくお願ひします。

旬の食材 **千んげん菜**

中国から伝わったアブラナ科の野菜で、軸の根元に丸みがあり肉厚なのが特徴です。鮮度が落ちると、この根元の部分にしわができた、スカスカになったりするので、張りのあるものを選びましょう。