

# 11月 献立表



\*都合により、献立を変更する場合があります。

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
1 ごはん 高野のそぼろ煮 さつま芋グリン 中華スープ	2 ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き 里芋の煮物 すまし汁	3 文化の日 	4 ごはん がんもの煮物 納豆和え すまし汁	5 ごはん 鶏じゃが 青菜のお浸し 味噌汁	6 のりおにぎり 豚汁
炊き込みおにぎり 昆布 お茶	芋ようかん 野菜 牛乳		味噌煮込みうどん するめ お茶	ジャムサンドパン いりこ 牛乳	あんパン 昆布 お茶
8 ごはん 豆腐の味噌炒め もやしのお浸し すまし汁	9 ごはん 煮魚 里芋サラダ 味噌汁	10 ごはん 手羽元のさっぱり煮 ブロッコリーサラダ 味噌汁	11 里芋ごはん 厚揚げときのこの煮物 ごぼうのごま和え 味噌汁	12 ごはん 手作りがんも 人参と昆布の煮物 すまし汁	13 炊き込みごはん 味噌汁
もちもち黒ごま いりこ 牛乳	切り干しおにぎり 昆布 お茶	いなりずし するめ お茶	焼きそば いりこ お茶	きなこ団子 昆布 牛乳	黒糖丸パン するめ お茶
15 ごはん 厚揚げ麻婆 ばんさんすう キャベツ塩スープ	16 お弁当の日 	17 ごはん 豚肉と里芋の味噌煮 蒸しブロッコリー すまし汁	18 (さんま焼き) ごはん 焼きさんま 貝だくさん汁	19 ごはん 高野豆腐の煮物 マカロニサラダ 味噌汁	20 チキンライス わかめスープ
大根菜おにぎり 野菜 お茶	手ごねパン いりこ 牛乳	焼き芋 するめ お茶	五目おこわ 昆布 お茶	いきなり団子 するめ 牛乳	スティック南瓜パン いりこ お茶
22 ごはん 鶏肉カレー風味焼き さつま芋サラダ すまし汁	23 勤労感謝の日 	24 ごはん 鶏肉と大根の煮物 ブロッコリー のごま和え 味噌汁	25 ごはん 魚のにんにく醤油焼き 白和え すまし汁	26 ごはん 厚揚げの煮物 小松菜の磯和え 味噌汁	27 煮込みうどん ブロッコリー のおかか和え
のりおにぎり いりこ お茶		りんご蒸しパン 野菜 牛乳	大根のり巻き するめ お茶	ぜんざい いりこ お茶	レーズンパン 昆布 お茶
29 ごはん 塩こうじ焼き もやしナムル 豆乳スープ	30 ごはん 肉豆腐 柿なます 味噌汁	 <p>散歩に出かけてはどんぐりや落ち葉などのお土産を持って帰る子どもたち。すっかり秋も深まり、冬の訪れを感じるころとなりました。</p> <p>今月はブロッコリーや大根、里芋などの冬野菜を使った献立や18日はさくら組がさんまを炭火で焼く予定です。おなかもこころも温まるごはんを食べて、体調を崩さないように過ごしていきたいですね。</p>			
すいとん 昆布 お茶	さつま芋おはぎ するめ お茶				

## ～さつま芋～

2クラスが園児のお宅に芋ほりに出かけたり、保護者の方にいただいたり、保育園の畑の芋を使ったりとそれぞれ旬の美味しいものをいただきました。



れんげ組はふかしいもで味わいましたよ。子どもたちがさつま芋を洗って、蒸し器に並べました。ホクホクのものやしっとりのもなど3種類のお芋を食べました。大きなお芋を嬉しそうに食べていましたよ。少し量が多かかなと思っていましたが、おかわりもして完食！大満足の子どもたちでした。



こすもす組は芋づるをきんぴらにして食べました。担任が目の前で調理するととってもいい香り。「早く食べよう！」と張り切ってごはんの準備をしていましたよ。掘ったさつま芋もどうやって食べるか相談しているところです。



すみれ組はさつま芋ホットケーキやさつま芋ごはんを作って食べました。食べているときにあまりにも静かだったので「みんな、美味しい…？」と聞くと「おいしい！」としゃべることも忘れて夢中で食べていていました。今月もさつま芋を使ってクッキングする計画にしています。