



11月の献立表



☆葉山保育園☆

	げつようび	かようび	すいようび	もくようび	きんようび	どうようび	
						1	
10じのおやつ			＜今月のお楽しみ＞ ・13日（木）☆スマイルデー☆ お昼はオムハヤシ、 おやつはケーキでお祝いします!! ・14日（金）☆七五三の祝い☆ お昼はお赤飯でお祝いします♡ ・28日（金）☆焼き芋会☆ さつま芋を焼き芋にして、 おやつに外で食べます♡ お楽しみに～♪				
きゅうしょく	＜今月の目標＞ ・うがい・手洗いをこまめに行い、 風邪予防を心掛けましょう。 ・配膳や片付けの手伝いをし、食事 作りに関心を持ちましょう。 ・焼き芋会に楽しく参加しましょう。						・にこみうどん ・チキンナゲット ・ヨーグルト
3じのおやつ						・かし ・ぶどうジュース	
	3	4	5	6	7	8	
10じのおやつ		スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク		
きゅうしょく	ぶんかのひ	・ぶたひきにくと キャベツのチャーハン ・チンジャオロース ・すましじる ・あまなつみかん	・エビのトマトクリーム スパゲッティー ・チキンナゲット ・スープ ・にゅうさんきん いんりょう	・しょくパン (いちごor ブルーベリー) ・さけの カレーマヨやき ・ばんさんすう ・みそしる	・もちむぎごはん ・とうふとやさいの ちゅうごくふうにこみ ・きりぼしだいこんの サラダ ・スープ	・わかめごはん ・きりぼしだいこんの にもの ・ヨーグルト	
3じのおやつ		・アメリカンドック ・ぎゅうにゅう	・さつまいもケーキ ・ぎゅうにゅう	・いまがわやき ・ぎゅうにゅう	・バナナ ・ぎゅうにゅう	・かし ・りんごジュース	
	10	11	12	13	14	15	
10じのおやつ	スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク		
きゅうしょく	・あんかけラーメン ・やきぎょうざ ・ヨーグルト	・さつまいもごはん ・ごもくうまに ・たまごやき ・すましじる	・しょくパン (りんごorオレンジ) ・さかなの コーンフ레이크やき ・ほうれんそうの ナムル ・みそしる	【スマイルデー】 ・オムハヤシ ・ニコちゃんポテト ・ブロッコリー ・コーンスープ	・おせきはん ・とりのからあげ ・ごもくきんぴら ・すましじる ・カップデザート	・カレーライス ・ブロッコリー ・ヨーグルト	
3じのおやつ	・リングドーナッツ ・ぎゅうにゅう	・こくとうソフト クッキー ・ぎゅうにゅう	・てんかすおにぎり ・ぎゅうにゅう	・ケーキ ・むぎちゃ	・チーズむしパン ・ぎゅうにゅう	・かし ・オレンジジュース	
	17	18	19	20	21	22	
10じのおやつ	スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク		
きゅうしょく	・みそうどん ・やさいコロッケ ・ようなしコンポート	・とうふパン ・おこのみやきふつ オムレツ ・こまつなともやしの ごまあえ ・すましじる	・おしむぎごはん ・さかなの なんばんづけ ・ポテトサラダ ・みそしる ・ミッキーチーズ	【カムカムデー】 ・ごもくやきそば ・バンバンジー ・スープ ・あじつきこざかな	・わかめごはん ・きりぼしだいこんの にもの ・みそしる ひまわり組以上は 弁当持参	ほいく はっぴょうかい	
3じのおやつ	・カルシウムトースト ・ぎゅうにゅう	・クラッカーサンド ・ぎゅうにゅう	・みかん ・かし ・むぎちゃ	・ミニメロンパン ・ぎゅうにゅう	・かし ・ぎゅうにゅう		
	24	25	26	27	28	29	
8		スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク		
きゅうしょく	ふりかえきゅうじつ	・しょくパン (メープルor チョコ) ・レバーいりカレーに ・チョレギサラダ ・スープ	・はくはん ・とりにくのゴマ みそやき ・えだまめいり ひじきのにもの ・すましじる ・スティックチーズ	・ほうとうふううどん ・ちくわあげ ・パインコンポート	・なっとうとひきにくの あまからどん ・やさいサラダ ・みそしる ・ヨーグルト いんりょう	・ハヤシライス ・ブロッコリー ・ヨーグルト	
3じのおやつ		・やきおにぎり ・ぎゅうにゅう	・フルーツヨーグルト ・むぎちゃ	・フレンチトースト ・ぎゅうにゅう	・やきいも ・ぎゅうにゅう	・かし ・やさいジュース	

※10時のおやつは0・1・2歳児クラスのみです。

※もも組・たんぽぽ組ではチョコ・カスタードは提供していません。

代替品を提供しています。

※都合により、献立が変更になることがありますので、ご了承ください。

赤字…行事食

緑字…セレクトメニュー

となっています☆





葉山保育園 ～令和7年度11月号～
☆給食室☆ 黒澤 いづみ・徳田 架奈子・高橋 紀子



朝晩は気温がぐっと下がり、空気が冷たくなってきました。秋があっという間に過ぎて行きそうです。落ち葉やどんぐりを拾って、秋の深まりを感じたいですね。立冬を迎えるといよいよ冬支度です。体を温める食事をして、寒さに負けない体を作りましょう。

今月は、十三夜や七五三があります。十三夜では片見月にならないようにお供えの準備をして、澄んだ夜空の月を鑑賞しましょう。七五三では子どもたちの健やかな成長を願ってお祝いをします☆七五三の時に配る千歳飴には、子どもの長寿を祈る気持ちが込められています。飴は誤飲の可能性がありますので、食べる時は必ず保護者の方がそばについてあげてくださいね(*^_^*)

10月10日はきく組のスペシャルデーでした！プリンパフェやカレーライス、ピザ、クッキングにチャレンジできました。包丁を握る真剣な様子や、トッピングをする楽しそうな様子がたくさん見られました。



緊張したー！



ぼくのピザおいしそう



おいしかったね！



落とさないように
慎重に…



お家でもぜひ作ってみてね！

～きのこハンバーグ～

10月の給食から、特に人気だった2品を紹介します！いつもよく食べる子どもたちですが、この日はおかわりの長い列ができました(*^_^*)

～魚のかばやき～

＜材料4切れ分＞

白身魚…4枚（一切れ60g）
片栗粉…少々
揚げ油…適宜
さとう…小さじ2弱
しょうゆ…小さじ1.5
みりん…小さじ1
生姜汁…少々
水…少々

＜作り方＞

- ① 魚は片栗粉をまぶして、油で揚げる。
- ② 鍋に調味料と水を入れ煮立たせる。味が濃くならないように気を付ける。
- ③ 揚げた魚にタレをからめる。



＜材料4人分＞

豚ひき肉…150g
たまねぎ…80g
にんじん…30g
干しいたけ…5g
（やわらかく戻しておく）
油…少々
パン粉…10g
たまご…15g
塩…少々

＜作り方＞

- ① たまねぎ、にんじん、干しいたけはみじん切りにして、油で炒めて冷ましておく。
- ② ボウルに豚ひき肉、①、パン粉、たまご、塩をよく混ぜる。4等分して形を整えて、中心までよく焼く。
- ③ しめじは一口に、えのきたけは1センチ位に切り、バターで炒める。デミグラスソースと水を加え、味を調える。
- ④ 焼きあがったハンバーグにきのこソースをかける。



＜きのこソース＞

しめじ・えのきたけ…各20g
バター…3g
デミグラスソース（缶詰など）
…70g