

訓子府町認定こども園 わくわく園

2023年11月分の献立

		1(水)		2(木)		3(金)		4(土)	
午前			牛乳 りんご		牛乳 キウイフルーツ				牛乳 せんべい
昼食			ジャージャー麺 さつま芋とにんじんのオレンジ煮 ヨーグルト		しらす入り菜飯 ポークビーンズスープ たらのみそ照り焼き マカロニサラダ	【文化の日】			豚丼 じゃが芋と玉ねぎのみそ汁 チンゲン菜の煮浸し
午後			牛乳 ほうれん草蒸しパン		牛乳 焼きおにぎり				牛乳 昆布おにぎり
6(月)		7(火)		8(水)		9(木)		10(金)	
午前	牛乳 バナナ	牛乳 かき	牛乳 オレンジ		牛乳 キウイフルーツ		牛乳 りんご		牛乳 ビスケット
昼食	ごはん 切干し大根と南瓜のみそ汁 コーンしゅうまい きゅうりとささみのごまサラダ	さつまいもごはん チンゲン菜の豆乳みそ汁 さばと大豆の煮物 いんげんのおかか和え	トマトクリームスパゲティー あさりとキャベツのスープ パイナップル		ごはん 鶏肉と根菜のスープ さけのコーンクリームかけ 小松菜のサラダ		ごはん 白菜の煮浸し風汁 松風焼き ブロッコリーと人参の甘煮		豚肉入りチャーハン キャベツと春雨のスープ かぼちゃの甘煮
午後	牛乳 いももち(みたらし)	牛乳 バナナケーキ	牛乳 きなこのビスコッティ		牛乳 コーンフレーククッキー		牛乳 米粉マフィン(いちごジャム)		牛乳 おかかチーズおにぎり
13(月)		14(火)		15(水)		16(木)		17(金)	
午前	牛乳 パイナップル	牛乳 かき	牛乳 バナナ		牛乳 オレンジ		牛乳 キウイフルーツ		牛乳 せんべい
昼食	てりやき野菜丼 麩とほうれん草のすまし汁 ポテトサラダ	ごはん 豆腐と小松菜のすまし汁 ぶりのから揚げ にんじんのシンプルサラダ	みそラーメン 大根餅(えび) オレンジゼリー		ハリハリわかめ御飯 白菜とえのきのすまし汁 さんまのかば焼き 蒸かしかぼちゃ		ハヤシライス きゅうりの和風サラダ アップル&キャロットジュース		鶏そぼろ丼 さつま芋と長ねぎのみそ汁 ほうれん草とちくわの和え物
午後	牛乳 スコーン(ブルーベリージャム)	牛乳 フレンチトースト	牛乳 おからと米粉のドーナツ		牛乳 とりそぼろおにぎり		牛乳 【ミルククラウン】 豆乳フルーツかんでん		牛乳 チーズワッフル
20(月)		21(火)		22(水)		23(木)		24(金)	
午前	牛乳 かき	牛乳 バナナ	牛乳 りんご				牛乳 オレンジ		牛乳 ビスケット
昼食	鶏とひじきの炊き込み御飯 かに豆腐汁 たらの揚げおろし煮 ブロッコリーの塩こんぶ和え	ごはん 石狩汁 豚肉の香味焼き いんげんとささ身のおかかサラダ	親子うどん 大学かぼちゃ いちごクレープ		【勤労感謝の日】			ごはん 豆乳コーンスープ ほっけフライ コールスローサラダ	中華丼 じゃがいもの中華スープ 小松菜のしらすサラダ
午後	牛乳 おからレーズンクッキー	牛乳 和風蒸しパン(あずき)	牛乳 カルピスゼリー(黄桃)				牛乳 いもようかん		牛乳 米粉オレンジ蒸しパン
27(月)		28(火)		29(水)		30(木)			
午前	牛乳 キウイフルーツ	牛乳 バナナ	牛乳 みかん		牛乳 パイナップル				
昼食	ごはん かぶと鶏肉のスープ さばのトマト煮 いんげんとちくわのごま和え	【お弁当の日】		キャベツとベーコンのスパゲティー 野菜コーンスープ(じゃがいも) 豆乳プリン	キッズピビンバ わかめと豆腐のスープ バナナ	【誕生会】			
午後	牛乳 五平餅	牛乳 あんまん	牛乳 もちもちボンデケーキ		牛乳 ピーチケーキ				

【献立表について】

- ① 午前のおやつ・・・1～2歳児のみ
(牛乳・・・1～2歳児は65mlずつを午前と午後、
3～5歳児は午後のおやつ時に130ml)
- ② 午後のおやつ・・・1～5歳児(手作りおやつ中心)
- ③ 献立は材料の都合により、変更する場合があります。

【訓子府町認定こども園 わくわく園の給食について】

園では健康増進法に定める食事摂取基準を参考にして、給食を提供しています。

	エネルギー	たんぱく質	脂質	塩分
*1～2歳児	460kcal	15～23g	10～15g	1.5g未満
*3～5歳児	520kcal	17～26g	12～17g	1.6g未満

