




北谷町保育所

令和6年11月分の献立

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前					1	2
昼食	<p>秋の食材に欠かせないキノコ。食物繊維・ビタミンD・ミネラルなどを豊富に含んでおり、香りがよく、どんな料理にも合う優れたものです。キノコを食べることで、便通も良くなります。</p>  <p>七五三（しちごさん） 地域によって違いはありますが、三歳の女の子、五歳の男の子、七歳の女の子が11月15日に神社などにお参りをし、子供の成長を感謝しお祝いをする伝統行事です。11月15日は祝い膳として赤飯とお魚、おやつにケーキを予定しています。</p> <p>※食材料の仕入れ状況により献立が変更となることがあります</p>			ドライブルーン 保育乳	ドライブルーン 保育乳	クラッカー 保育乳
午後					もみじ御飯 すき焼き風炒め きゅうりとわかめのサラダ	二色丼 付け合わせ（きゅうり） みそ汁（なめこ）
午前	4	5	6	7	8	9
昼食		ドライブルーン 保育乳	ベビーチーズ 保育乳	クラッカー 保育乳	ドライブルーン 保育乳	クラッカー 保育乳
午後	 振替休日	ミートスパゲティー 茹でブロッコリー パスタスープ	ご飯（胚芽米） 鮭の塩焼き 切り干し大根ゴマ和え 豚汁	ご飯（胚芽米） 肉じゃが 付け合わせ（きゅうり） みそ汁（わかめ・しめじ）	ご飯（胚芽米） のりしお鶏から揚げ 野菜炒め みそ汁（とうがん）	肉うどん ポテトサラダ
午前	11	12	13	14	15	16
昼食	クラッカー 保育乳	ドライブルーン 保育乳	ベビーチーズ 保育乳	クラッカー 保育乳	ドライブルーン 保育乳	クラッカー 保育乳
午後	ご飯（胚芽米） 麻婆豆腐 付け合わせ（トマト） かき玉汁	鶏ときのこ炊き込みご飯 梅和え（キャベツ・もやし） 魚汁	ご飯（胚芽米） 豚肉のしょうが焼き 人参しりしり もずくみそ汁	カレーライス（ホーリ） 豆ツナマヨサラダ	赤飯 魚のもみじ焼き ひじきとコーンサラダ そうめん汁（お祝いVer）	和風スパゲティー ポトフ（豚バラ）
午前	18	19	20	21	22	23
昼食	チヂミ みかん/保育乳	オートミールクッキー バナナ/保育乳	焼きいも 保育乳	黒糖くずもち りんご/保育乳	チーズケーキ 保育乳	菜飯おにぎり 保育乳
午後	クラッカー 保育乳	ドライブルーン 保育乳	ベビーチーズ 保育乳	クラッカー 保育乳	ドライブルーン 保育乳	
午前	25	26	27	28	29	30
昼食	タコライス 付け合わせ（きゅうり） みそ汁（いも・わかめ）	ロールパン ポークビーンズ ごぼうサラダ	ご飯（胚芽米） レバーと芋の甘辛ソース 付け合わせ（きゅうり） みそ汁（豆腐・野菜）	ご飯（胚芽米） 鯖のみぞれ煮 野菜チャンプルー ゆし豆腐（すまし）	ご飯（胚芽米） チキンと白菜のクリーム煮 カラフルサラダ	 <b>勤労感謝の日</b>
午後	黒糖アガサー みかん/保育乳	とりそぼろのおにぎり 保育乳	ほうれん草カップケーキ 保育乳	スイートポテト りんご/保育乳	紅芋ねじり棒 保育乳	
午前	25	26	27	28	29	30
昼食	もずく丼 付け合わせ（きゅうり） 味噌汁（なす・油揚げ・えのき）	ごはん（胚芽米） テリヤキチキン 白菜と豚ひきの中華炒め 中華スープ（きざみだけのこわかめ）	沖縄そば 筑前煮	ご飯（胚芽米） グルクンあんかけ 具だくさんみそ汁（豆腐）	ご飯（胚芽米） ポークチャップ（ 付け合わせ（きゅうり） パスタスープ	チャーハン風（炊き込み） 付け合わせ（きゅうり） 中華スープ（いも・わかめ）
午後	わかめスパゲティ みかん/保育乳	グリルドチーズサンド 保育乳	にんじんおにぎり 保育乳	かぼちゃプリン りんご/保育乳	シリアルバー バナナ/豆乳	フレンチトースト 保育乳