

11月の献立予定表

2(月)	3(火)	4(水)	5(木)	6(金)	7(土)
カレーライス マカロニサラダ	文化の日	ご飯 のり塩チキン コールスロー 人参の味噌汁	ご飯 ハンバーグ ポテトサラダ 小松菜の味噌汁	チーズパン クリームシチュー トマトサラダ	ホットドッグ ベイクドポテト 野菜のスープ
チョコチップクッキー(クッキー)		さつま芋のマフィン	きな粉パン	ヨーグルト	せんべい
9(月)	10(火)	11(水)	12(木)	13(金)	14(土)
ご飯 鮭フライ 温野菜 油揚げの味噌汁	ご飯 ブリの照り焼き 青菜の白和え さつま芋の味噌汁	ご飯 豚肉の生姜焼き ブロッコリーのゴマ和え かぼちゃの味噌汁	ご飯 カレイのつけ焼き 高野豆腐の煮物 豚汁	チョコチップパン チキンのオニオンソース コーンサラダ きのこのスープ	卵とじうどん キャベツのお浸し
カップケーキ	ポテトチップス	塩サブレ	チキンナゲット	鮭おにぎり	クッキー
16(月)	17(火)	18(水)	19(木)	20(金)	21(土)
ご飯 焼鮭 ひじきの煮物 豆腐の味噌汁	ご飯 しゅうまい 中華サラダ じゃが芋の味噌汁	牛丼 きゅうりの酢の物 ほうれん草の味噌汁	ご飯 鯖の竜田揚げ 人参しりしり 白菜の味噌汁	クロワッサン ミートローフ さつま芋のサラダ コンソメスープ	チャーハン 添え野菜 中華スープ
ウインナーロール	きな粉豆(きな粉クッキー)	豆腐ドーナツ	アップルパイ	あんこ餅(おにぎり)	ミニドーナツ
23(月)	24(火)	25(水)	26(木)	27(金)	28(土)
勤労感謝の日	ハヤシライス スパゲティサラダ	ご飯 鯖の西京焼き かぼちゃの煮物 かき玉汁	メロンパン 鶏マヨ レタスサラダ スープ・ヤクルト	ご飯 鮭の野菜あんかけ ほうれん草のゴマ和え きのこの味噌汁	お弁当日
	おさつスティック	チーズクラッカー	チョコロールケーキ(ケーキ)	ヨーグルト	バウムクーヘン
30(月)	☆昼食時に果物(りんご、みかん等)を出しています。 ☆11/26(木)はお誕生日会メニューです。 ☆()の中は、0.1.2歳児さんに提供する昼食、おやつです。 ☆献立は都合により変更となることがあります。				
三色丼 じゃこの酢の物 大根の味噌汁					
ピザトースト					



☆給食だより☆

今月の目標「感謝の気持ちを忘れずに！」

11月23日は勤労感謝の日です。感謝の気持ちを忘れずにたくさん食べてください。

心をこめて挨拶を

- ・「いただきます」は、肉や魚、野菜や果物、米などの命をいただいていることへの感謝の意味があります。
- ・「ごちそうさま」は、食材を育てた人、運んでくれた人、調理してくれた人への感謝の意味があります。

心を込めて挨拶をしましょう♪

食べ物を大切にしよう！

せっかく作られた食べ物でも、私たちが残してしまえばそのままごみとして捨てられてしまいます。実際日本では年間の食品廃棄等が2759万トン、そのうちまだ食べられるものが643万トンにもなります。自分が食べられる量を盛り付ける、苦手なものでも一口食べてみるなど工夫し、食べ物を残さない方法を考えましょう。

🍴今月のおすすめレシピ🍴

チキンナゲット

【材料】

- ・鶏ミンチ…300g
- ・木綿豆腐…1/2丁
- ・人参…1/2本
- ・コンソメ…小さじ1
- ・醤油…少々
- ・塩…ひとつまみ

【作り方】

1. 人参をすりおろす。
2. ボウルに鶏ミンチ、木綿豆腐、すりおろした人参と調味料を入れ、よく混ぜる。
3. 180℃の油にスプーンで、一口大の大きさになるようにタネを落としていく。
4. 周りがこんがり色づいたら完成♪
5. お好みでケチャップをつけて食べてくださいね。