



木の葉が色づき、秋が深まってきました。朝・晩の冷え込みなど、一日の気温の変化が大きくなってきます。手洗いうがい、消毒と毎日の食事で体力と免疫力をしっかりとつけて、冬本番に備えましょう。

	げつようび	かようび	すいようび	もくようび	きんようび	とようび
昼食			1 竹輪の磯辺揚げ キャベツの塩昆布和え 村雲汁	2 ミートスパゲティ コールスロー 果物	3 	4 ☆つき組親子会食☆ 甘辛ソースの唐揚げ マカロニサラダ コーンスープ 果物
おやつ			牛乳 果物	牛乳 フライドポテト	牛乳 果物	
昼食	6 魚の煮付け しらすと小松菜の 和え物 大根のかきたま汁	7 ☆お誕生会☆ ひじきご飯 えのきナゲット 人参しいしり・フロッコリー わかめスープ・果物	8 きのこたっぷり ハッシュドビーフ 大根サラダ 果物	9 魚のカレーパン粉焼き 南瓜サラダ ミルクスープ	10 ぎせい豆腐の きのこあんかけ さつまバター・枝豆 ミネストローネ	11 すき焼き風煮 和風サラダ 果物
おやつ	牛乳 野菜フリッツ	牛乳 さつま芋モンブラン	牛乳 フルーツゼリー	牛乳 サターアングリー	牛乳 果物	牛乳 お菓子
昼食	13 タンダーチキン じゃが芋の クリームチーズ和え コンソメスープ	14 魚の香味揚げ 納豆の磯和え 豚汁	15 正油おでん 味噌マヨ和え 果物	16 魚のきのこクリーム ソースかけ 洋風切干大根和え もずくスープ	17 鶏のみぞれ煮 油揚げの 千ジャオロース風 白菜スープ	18 牛肉とじゃが芋の きんぴら煮 しらす入り酢の物 味付け海苔
おやつ	牛乳 あべかわマカロニ	牛乳 枝豆蒸しパン	牛乳 ポップコーン	牛乳 ベーコンチーズパン	牛乳 さつま芋ステック	牛乳 お菓子
昼食	20 フィッシュマヨ 卵サラダ フロッコリーのポタージュ	21 味噌ラーメン 野菜の海苔酢和え 果物	22 鶏肉と大豆のトマト煮 フレーク和え 果物	23 	24 焼き魚 柿入り白和え けんちん汁	25 カレーうどん 三色酢の物 枝豆
おやつ	牛乳 南瓜入り団子	牛乳 鮭とわかめのおにぎり	牛乳 ライス・クリスピー	牛乳 果物	牛乳 果物	牛乳 お菓子
昼食	27 手羽元の煮こみ じゃが芋とチーズの ガレット風 えのきのとろみスープ	28 魚の油淋鶏風 ひじきとほうれん草の ごまマヨサラダ 中華スープ	29 芋のかき揚げ フロッコリーの 梅おかか和え 味噌汁	30 麻婆春雨 えのきの中華サラダ 果物	11/4(土)は、つき組のリクエスト給食です♪ 	
おやつ	牛乳 揚げパン	牛乳 金時豆煮・チップス	牛乳 フルーツヨーグルト	牛乳 スノーボールクッキー		

「和食の日」に新米の食事を

11月24日は「和食の日」です。日本の伝統的な食文化について見直し、和食文化の保護・継承の大切さについて考える日とされています。秋の実りの季節に、新米とだしを使った汁もの、旬の魚や野菜を取り入れた主菜・副菜で、和食をいただきましょう。



お家でも作ってみませんか？

混ぜて焼くだけのベーコンチーズパン♪

- ・材料(8号アルミカップ8個分)
- ホットケーキミックス…150g
- 卵…1個
- ピザ用チーズ…50g
- 牛乳…80cc
- ハーフベーコン…1パック

・作り方

- ①ボールに卵、牛乳、ホットケーキミックスを入れて混ぜる。
- ②ピザ用チーズの半量を入れて軽く混ぜる。
- ③アルミカップに生地を流し入れ、カットしたベーコンとピザ用チーズをトッピング。
- ④180度のオーブンで約15分焼いたら、出来上がり。



お知らせ

☆☆お誕生会は7日です☆☆

月組、桃組、桜組は、
コップとお箸の日です。
お弁当は要りません。

