



11 がつ こんだてよていひょう

平成 29 年 10 月 31 日 社会福祉法人 百華児童苑 大内光輪保育園



15 日 (水) は、**完全給食の日。**
(3~5 歳児さんは、ご飯がいきりません。)
*みんなのおやつには、毎日牛乳がつかます。

日	曜日	めにゅー			きゅうしょくのざいりょう			おうちでとりたい たべもの
		0~2 歳児 朝のおやつ	お昼の給食	みんなの おやつ	強いちからが出るたべもの (きいろ)	丈夫な体を作るたべもの (あかいろ)	びょうきからまもってくれるたべもの (みどりいろ)	
1	水	おかし ぶどうじゅーす	のりしおからあげ しおこんぶあえ こまつなのこうやこ煮 りんご	ふる一つよーぐると	かたくりこ あぶら さとう	とりにく あおのり つな あぶらあげ こなどうふ	こまつな にんじん たまねぎ きやべつ きゅうり しめじ りんご	たまご・いも類
2	木	ぜりー	さわらのいりやき ぶたじる ほうれんそうのきのこあえ きうい	おさつペーこーん けーき	さとう あぶら しろごま いたこんにやく じゃがいも	さわら たまご ぶたにく もめんどうふ みそ	にんにく ほうれんそう えのきたけ にんじん だいこん ねぎ かき	海藻類・かんきつ類
4	土	ぎゅうにゅう	つなとたまねぎのくりーむばすた ちきんサラダ おれんじ	ぎゅうにゅう	すばげってい ばたー こむぎこ まよねーず	つな きゅうにゅう とりささみ	たまねぎ にんじん ばせり きやべつ きゅうり おれんじ	大豆製品・やさい
6	月	すなっくぱん のむよーぐると	おからきっしゅ ゆでぶろっこりー 5 しょくやさいそてー りんご	ぱんぶきんぱい	あぶら ごまあぶら	おから ぎゅうミンチ 牛乳 たまご ちーず	玉ねぎ えのき茸 もやし きやべつ きくらげ 竹の子 ぴーまん 人参 ぶろっこりー りんご	魚介類・ナッツ類
7	火	☆あきのえんそく☆			たこやき	♪手作りのお弁当をお願いします。なにが入っているか、ドキドキ・ワクワク・・・♪		
8	水	2 色くらっかー おれんじじゅーす	あきやさいかれー はくさいとペーこんのサラダ ばなな	くりむしようかん おかし	さつまいも あぶら さとう まよねーず	ぎゅうにく なまくりーむ ペーこん かつおぶし	にんじん れんこん だいこん ほうれんそう ごぼう にんにく はくさい ばなな	たまご・かんきつ類
9	木	ばなな ぶちぜりー	まぐるのふらいごまだれかけ せんぎりぼてとサラダ すーぶ かき	きなこあめ・みかん	こむぎこ ぱんこ あぶら すりごま さとう じゃが芋	まぐる たまご とうにゅう はむ かにかん ペーこん	きゅうり にんじん ほうれんそう きやべつ たまねぎ せろりー ばせり かき	海藻類・淡色やさい
10	金	はにーちーずさんど やくると	ごぼうとしそのわふうつくね きりほし煮 さといものごま汁 りんご	どきどきおにぎり	かたくりこ あぶら さとう さといも ごま すりごま	ぶたミンチ さつまあげ みそ	ごぼう たまねぎ しそ しめじ しょうが きりほしだいこん にんじん ねぎ りんご	乳製品・かんきつ類
11	土	☆いくじこうざ☆			♪給食は、お休みです。登園するお友達は、おかず入りのお弁当を持ってきましょう♪			
13	月	ぼうむくーへん りんご	ぶりだいこん えりんぎのみそきんぴら たまごとじじる おれんじ	びすきゅいとーすと	さとう いたこんにやく ごまあぶら かたくりこ	ぶり みそ のり たまご もめんどうふ	だいこん しょうが にんじん えりんぎ たまねぎ こまつな おれんじ	肉類・いも類
14	火	ぼいる ういんなー	ひとつくちやきにく ゆできやべつ かぼちゃとれんこんのサラダ ばなな	ふかしいも	あぶら おりーぶおいる まよねーず	ぶたにく ペーこん	たまねぎ にんにく しょうが きやべつ にんじん かぼちゃ れんこん ばなな	魚介類・ナッツ類
15	水	うえはーす おれんじ	あきのみのりごはん さかなのわふうそてー こんぶのつな煮 りんご	こまつないり ちーずむしばん	こめ・むぎ さつまいも くり 砂糖 かたくりこ 油	さば きざみこんぶ つな あぶらあげ	しめじ にんじん ごぼう さやえんどう ゆず だいこん ほししいたけ ぐりんぴーす りんご	肉類・葉もの
16	木	まかろにの あべかわ	なまあげとさといものにも かわりごまずあえ みかん	やさいちつぶす	さといも さとう はるさめ	なまあげ	にんじん なましいたけ たまねぎ さやいんげん だいこん ほうれんそう もやし みかん	魚介類・ナッツ類
17	金	かぼちゃぷりん	ればーいりすどり しるびーふん あげ芋とほうれん草のごまあえ ばなな	ましゅまるさんど みかん	砂糖 片栗粉 むらさき芋 さつまいも びーふん ごま 油	とりにく とりればー	玉ねぎ 人参 ぴーまん ほししいたけ たけのこ ほうれんそう きやべつ にんにく ばなな	たまご・かんきつ類
18	土	ぎゅうにゅう	なぼりたんやきそば あーもんどあえ りんご	ぎゅうにゅう	ちゅうかめん まよねーず 油 砂糖 あーもんどぶーどる	はむ	にんじん たまねぎ ぴーまん きゅうり もやし りんご	大豆製品・葉もの
20	月	ぷちあんぱん みろ	こんさいたつぷりきーまかれー かりかりじゃこサラダ おれんじ	はなまめ すいーとぼてと	あぶら さとう ごまあぶら	ぶたミンチ しらすぼし みつくすびーんず	玉ねぎ れんこん ごぼう 人参 にんにく 水菜 生姜 とまとじゅーす きやべつ 胡瓜 おれんじ	乳製品・いも類
21	火	☆おたのしみランチ☆			お誕生会の日の☆ちょっとかわいい☆ランチです。3~5 歳児さんは、ご飯がいきます。			
22	水	みかん・ばなな	しろみさかなのちーずてんぷら りんご だいこんのますたーど煮 みそしちゅー	あまぐりの すていっくぱい	こむぎこ あぶら ばたー おりーぶおいる じゃがいも	白身魚 こなちーず みそ とりにく 牛乳 ペーこん	ばせり だいこん こまつな にんじん たまねぎ ぐりんぴーす りんご	海藻類・ナッツ類
24	金	おかし はちみつりんご	ごもくたまごとじ とうふまよねーずあえ みかん	あげぱん	さとう あぶら すりごま	あぶらあげ ちくわ たまご のり めひじき 絹ごし豆腐	たまねぎ しめじ にんじん れんこん ごぼう ぶろっこりー こーん みかん	肉類・緑黄色やさい
25	土	ぎゅうにゅう	のっぺいうどん つなごまずあえ ばなな	ぎゅうにゅう	うどん いたこんにやく かたくりこ しろごま 砂糖	なまあげ つな	にんじん ごぼう しめじ ねぎ きゅうり ばなな	たまご・やさい
27	月	ぼうむくーへん うえはーす	さつまいものぐらたん ぐらっせ たまごとほうれん草のそてー おれんじ	わかめおにぎり	さつまいも あぶら ばたー こむぎこ さとう	とりにく きゅうにゅう ちーず たまご	たまねぎ まっしゅるーむ ぐりんぴーす ほうれんそう にんじん おれんじ	大豆製品・ナッツ類
28	火	みかん ぶちぜりー	はるまき ぱいにくれんこん だいこんとうふのそぼろじる ばなな	いもおやき	はるまきのかわ ごまあぶら あぶら まよねーず	ぶたにく つな とりミンチ きぬごしどうふ	ほししいたけ きやべつ いら にんじん たまねぎ れんこん うめぼし だいこん ばなな	乳製品・いも類
29	水	2 色くらっかー ほっとみるく	いこどうふ もやしのびーなつあえ りんご	かりんとうどーなつ	いとこんにやく あぶら さとう びーなつ	やきどうふ きゅうにく	えのきたけ はくさい さやいんげん もやし きゅうり にんじん こーん りんご	海藻類・かんきつ類
30	木	おかし みるくここあ	さけときこのとろろやき おから みそしる みかん	おふのからめるらすく ばなな	ばたー あぶら まよねーず やまいも さとう	さけ すきむ おから えび さつまあげ 油あげ みそ	しょうが 玉ねぎ 生しいたけ えのきたけ 人参 ばせり ほし椎茸 ねぎ 小松菜 南瓜 みかん	たまご・ナッツ類