



11がつ こんだてよていひょう

令和6年10月31日 社会福祉法人 百華児童苑 大内光輪保育園



22日(金)は、完全給食の日。

(3~5歳児さんは、ご飯がいりません。)

*みんなのおやつには、毎日牛乳がつきます。



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	金	おかし 乳酸菌飲料	とりにくのまーまれーどやき きうい へるしーサラダ ゆでぶろっこりー	ぼぱいとうにゅうもち	まよねーず ごまあぶら	とりにく	ごぼう にんじん こーん きゃべつ りんご ぶろっこりー きういふるーつ	海藻類・かんきつ類
2	土	おかし ぎゅうにゅう	みそあじやきそば ばなな きゅうりとちくわのちゅうかあえ	おかし	やきそばめん あぶら さとう ごまあぶら	ぶたにく みそ ちくわ わかめ	にんじん たまねぎ びーまん きゃべつ たけのこ きゅうり ばなな	乳製品・緑黄色やさい
5	火	うえはーす ぷちぶりん	ぶたにくのごまふりつと おれんじ はくさいのうめサラダ みねすとろーね	いもほりけーき	さとう てんぷらこ しろごま くろごま 油 おりーがおいしい	ぶたにく	白菜 人参 うめぼし 大根 たまねぎ ほーるとまと せろりー きゃべつ えのきたけ にんにく おれんじ	大豆製品・葉もの
6	水	ばなな・みかん	さけととうふのふんわりぼーる りんご まごわやさしいそてー たまごみそしる	ぎゅうれんこん おにぎり	ばんこ あぶら さつまいも ごまあぶら しろごま 片栗粉	鮭 木綿豆腐 大豆 卵 みそ こなちーず しらすぼし のり	ばせり こまつな にんじん しめじ たまねぎ かぶ こねぎ りんご	海藻類・淡色やさい
7	木	かすてら・りんご	だいこんのちんじゃおろーす すいーとぼてとサラダ ばなな	くりむしようかん みかん	ごまあぶら さとう あぶら 片栗粉 さつまいも まよねーず	ぶたにく なまくりーむ	だいこん びーまん たまねぎ こーん きゅうり にんじん ばなな	魚介類・葉もの
8	金		<u>あきのえんそく</u>	がとーきやらめる	♪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・・・♪			
9	土		<u>いくじこうざ</u>					
11	月	まかろにの あべかわ	ささかまのいそべあげ (みやぎけん) なすいため おくすかけ おれんじ	がんづき	小麦粉 油 砂糖 そうめん 片栗粉 ごま油 里芋 やきふ	ささかま あおりのり ぶたにく とり肉 あぶらあげ やき豆腐	なす にんじん ごぼう ほししいたけ さやいんげん おれんじ	乳製品・緑黄色やさい
12	火	ぼいるういんなー	ごもくたまごやき ゆでぶろっこりー ひじきとあきやさしいごもく煮 りんご	すびーどぱい	さつまいも あぶら さとう	たまご すきむみるく めひじき	たまねぎ にんじん いら れんこん さやいんげん ぶろっこりー ゆかり りんご	大豆製品・ごま類
13	水	すなっくぱん みる	こやどうふのかさね煮 すーが びーなっつりあまずあえ みかん	ふらいどおさつ	かたくりこ さとう びーなっつ おりーがおいしい	こやどうふ とりミンチ	玉ねぎ きくらげ ほし椎茸 胡瓜 ばせり きゃべつ きりぼしだいこん なましいたけ にんにく みかん	たまご・葉もの
14	木	ぷちぜりー・ばなな	さかなのきのこあんかけ なっとうあえ かき	もちもちあんぱん	かたくりこ あぶら まよねーず	しろみさかな ちくわ わかめ なっとう	しょうが えのきたけ しめじ ほししいたけ もやし にんじん ぐりんぴーす ほうれんそう きゃべつ 柿	肉類・いも類
15	金	おかし ぼたーじゅすーが	こんさいのごまだれ煮 ほうれんそうのしらあえ ばなな	ましゅまるさんど おれんじ	さといも いたこんにゃく あぶら さとう しろすりごま	ぶたにく かにかま しろみそ もめんどうふ	にんじん れんこん だいこん さやいんげん ほうれんそう ばなな	乳製品・淡色やさい
16	土	おかし ぎゅうにゅう	ふるこぎどん こーんサラダ りんご	おかし	さとう はるさめ ごまあぶら かたくりこ あぶら	ぎゅうにく みそ はむ	にんじん たまねぎ いら こーん きゃべつ りんご	たまご・やさい
18	月	みかんぜりー	こまつなのびざふうはるまき きうい いんげんそてー おかかだいこん	れんこんどーなつ	おりーがおいしい 油 ごま油 はるまきのかわ ぼたー 砂糖	ペーこん ちーず かつおぶし	こまつな たまねぎ にんにく さやいんげん にんじん まいたけ だいこん きういふるーつ	大豆製品・いも類
19	火	やきいも・ばなな	まーぼーなすどうふ かまぼこサラダ おれんじ	あつがるぱい	ごまあぶら さとう かたくりこ まよねーず	ぶたミンチ もめんどうふ あかみそ かまぼこ	なす たまねぎ にんじん しょうが にんにく ねぎ きゃべつ きゅうり おれんじ	海藻類・緑黄色やさい
20	水	うえはーす かすてら	さばーぐ やまがきあえ あきのもりじる りんご	きなこあめ・おれんじ	ばんこ 砂糖 春雨 さつまいも 片栗粉 油 里芋 こんにゃく	さばみず煮 もめんどうふ たまご みそ	たまねぎ しょうが れもん ほうれんそう きゃべつ にんじん なましいたけ こねぎ りんご	乳製品・淡色やさい
21	木		<u>おたのしみランチ</u>		♪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、ご飯がいります♪			
22	金	おかし はちみつれもん	<u>しっぽくうどん</u> やさいののりず みかん (かがわけん)	いりこめし	<u>ゆでうどん</u> さといも さとう	とりにく なまあげ のり	だいこん にんじん こねぎ ちんげんさい もやし みかん	魚介類・やさい
25	月	ぷちあんぱん ほっとかるびす	ぶりとさといものあまからがらめ きんぴらおから りんご	ごまのびすこっつい	さといも かたくりこ あぶら さとう	ぶり おから	しめじ こねぎ ごぼう にんじん れんこん ぐりんぴーす りんご	肉類・緑黄色やさい
26	火	2色くらっかー はちみつりんご	とりにくのまつかさやき きうい ほうれんそうそてー あきやさしいぼとふ	かぼちゃけんぴ	まよねーず こーんふれーく 小麦粉 油 おりーがおいしい	とりにく よーぐると さけ	にんにく ほうれんそう にんじん たまねぎ こーん かぶ えりんぎ ぶろっこりー きういふるーつ	たまご・かんきつ類
27	水	ぜりー	あきやさいかれー もやしのなむる みかん	ほわいとちよこ くりーむぱん	さつまいも あぶら さとう ごまあぶら	ぎゅうにく なまくりーむ はむ	にんじん れんこん たまねぎ だいこん ごぼう にんにく ぐりんぴーす もやし きゅうり みかん	大豆製品・ごま類
28	木	ばうむくーへん おれんじ	なまあげのたまごとし ぶろっこりーのごまずあえ ばなな	ふかりんとう・りんご	あぶら さとう しろごま	なまあげ たまご ちくわ	ごぼう にんじん たまねぎ ほうれんそう ぶろっこりー ばなな	海藻類・淡色やさい
29	金	ぼいるういんなー	さつまいもときこのみそぐらたん はくさいのはるさめサラダ おれんじ	ふるーつぼんち	さつまいも あぶら ぼたー こむぎこ 春雨 まよねーず	ペーこん みそ ぎゅうにゅう ちーず つな	しめじ えりんぎ まっしゅるーむ だいこん たまねぎ はくさい にんじん おれんじ	魚介類・葉もの
30	土	おかし ぎゅうにゅう	すばげっていちりこんかん あーもんどあえ ばなな	おかし	すばげってい あぶら あーもんどぶーどる さとう	ぶたミンチ だいず	たまねぎ にんじん にんにく きゅうり もやし ばなな	たまご・いも類