



11月の給食献立表

日	曜日	献立名	おやつ	行事予定
1	金	かぼちゃのそぼろ煮 ひじきサラダ	お菓子 牛乳	
5	火	春雨スープ きゅうりとちくわのごま和え	お菓子 ジュース	エアロビクス
6	水	クリームシチュー りんごのサラダ	ヨーグルト	スイミング
7	木	うま煮 バナナ	パン ミルク	歯科検診
8	金	鶏団子汁 スパゲティサラダ	お菓子 牛乳	日本舞踊
11	月	ビーフカレー ヨーグルト	手作りおやつ	エアロビクス リトミック
12	火	魚のつみれ汁 五目ひじき	お菓子 ジュース	
13	水	とんかつ コンソメスープ	ゼリー	スイミング 作品展(~16日)
14	木	鶏肉とちくわの煮物 ツナサラダ	果物	
15	金	けんちょう風煮 春雨の酢の物	お菓子 牛乳	
18	月	エッグカレー ヨーグルト	パン ミルク	エアロビクス
19	火	白身魚のフライ タルタルソース すまし汁	お菓子 ジュース	交通安全指導
20	水	クリームシチュー ほうれん草のごま和え	プリン	スイミング
21	木	すき焼き風煮 チーズ	ゼリー	音楽教室
22	金	ちらし寿司 すまし汁 フルーツプリン	お菓子 ジュース	お誕生日会
25	月	ビーフカレー ヨーグルト	手作りおやつ	エアロビクス リトミック
26	火	煮魚 具だくさんの味噌汁	お菓子 ジュース	避難訓練
27	水	ハンバーグ コンソメスープ	ゼリー	スイミング
28	木	さつま汁 大豆といりこのごまがらめ	果物	音楽教室
29	金	麻婆豆腐 マカロニサラダ	お菓子 牛乳	人形劇(劇団すぎのこ)

*22日(金)、白ごはんはおりません。

あったかメニューで 風邪予防

風邪のウイルスから体を守るには、体を温め、免疫機能を高めることが大切。体を温める食材をふんだんに使ったお料理で、体の芯からポカポカに。

あったかメニュー

鍋料理、おでん、スープ、シチューなど

体を温める食材

ネギ、ニラ、タマネギ、ショウガ、ニンニク、カボチャ、ゴボウ、ダイコン、ニンジンなど



知っていますか? 新嘗祭

11月23日は、勤労感謝の日と制定される前、「新嘗祭」という祭日でした。新嘗祭は新米などの収穫に感謝するお祭。お米を作る人、運ぶ人、調理する人など、さまざまな勤労に思いをはせ、今日もおいしいご飯を食べられることに感謝しながら、いただきたいと思います。

