



令和8年度

11がつこんだてひょう



綾東こども園

日(曜日)	きゅうしょく	体をつくる	エネルギー	調子を整える	おやつ	ざいりょう
2(月)	にくどうふ ごまあえ くだもの	牛肉 豆腐 ちくわ	油 砂糖 ごま	玉ねぎ 人参 しめじ いんげん ほうれん草 キャベツ 果物	てづくりパン 	強力粉 油 砂糖 イースト 牛乳
4(水)	さかなのさいきょうやき ちくぜんに そうめんじる	魚 みそ ちくわ 油揚げ	油 砂糖 そうめん こんにゃく	いんげん 人参 ごぼう れんこん しいたけ 玉ねぎ ねぎ	さつま芋ケーキ ぎゅうにゅう	ホットケーキミックス 卵 さつま芋 バター 砂糖 牛乳
5(木)	もちごめしゅうまい もやしのナムル わかめスープ	豚ひき肉 卵 ハム わかめ	餅米 油 砂糖	玉ねぎ もやし きゅうり 人参 ねぎ 大根 えのき	おかし くだもの ぎゅうにゅう	おかし 果物 牛乳
6(金)	親子遠足(おべんとうの日)					
9(月)	ぶたにくのしょうがどん はるさめのすのもの すましじる	豚肉 ちくわ 油揚げ 豆腐	油 砂糖 春雨	玉ねぎ 人参 ほうれん草 ねぎ しめじ	ラスク ぎゅうにゅう	フランスパン バター 砂糖 牛乳
10(火)	マーボーどうふ ちゅうかサラダ くだもの	豚ひき肉 ハム 豆腐	油 砂糖	玉ねぎ ねぎ にら 人参 しいたけ もやし きゅうり 果物	プリン せんべい ぎゅうにゅう	プリン せんべい 牛乳
11(水)	かんぱやしじどりのたつたあげ きんぴら みそじる	鶏肉 わかめ 油揚げ 豆腐 みそ	油 砂糖 さつま芋 片栗粉 ごま	人参 ごぼう れんこん ピーマン 玉ねぎ えのき	おかし くだもの ぎゅうにゅう	おかし 果物 牛乳
12(木)	おでんふうに あえドレサラダ くだもの	鶏肉 厚揚げ ツナ のり	じゃが芋 油 砂糖 こんにゃく	人参 しめじ 大根 青菜 もやし 果物	フルーツヨーグルト	ヨーグルト みかん缶 バナナ
13(金)	さかなのごまさくさくやき あおじそサラダ ミネストローネ	魚 豚肉 ちくわ 大豆	油 砂糖 ごま マヨネーズ じゃが芋 パン粉	キャベツ 人参 きゅうり 青じそ コーン 玉ねぎ トマト缶 えのき	だいがくいも ぎゅうにゅう	さつま芋 砂糖 ごま 水あめ 牛乳
16(月)	カレーライス げんきなサラダ チーズ	牛肉 ハム チーズ	じゃが芋 油 砂糖 マヨドレ	玉ねぎ グリーンピース 人参 ほうれん草 キャベツ コーン 果物	きなこマカロニ ぎゅうにゅう	マカロニ 砂糖 きなこ 牛乳
17(火)	チキンナゲット あえもの とうにゅうみそスープ	鶏ひき肉 豆腐 じゃこ ウインナー 豆乳 みそ	砂糖 油 じゃが芋	玉ねぎ もやし きゅうり 人参 玉ねぎ しめじ ねぎ 白菜	おかし くだもの ぎゅうにゅう	おかし 果物 牛乳
18(水)	さかなのしおやき ひじきのものに とんじる	魚 豚肉 油揚げ ひじき 豆腐 大豆 みそ	片栗粉 さつま芋 油 砂糖 こんにゃく	人参 玉ねぎ ねぎ しいたけ ごぼう キャベツ	せんべい くだもの ぎゅうにゅう	せんべい 果物 牛乳
19(木)	ぶたにくのマーマレードやき ごぼうサラダ ポトフ	豚肉 ツナ ベーコン	油 砂糖 マヨネーズ じゃが芋	玉ねぎ ごぼう きゅうり 人参 ねぎ えのき キャベツ	おかし たべるいりこ ぎゅうにゅう	おかし たべるいりこ 牛乳
20(金)	たまごとうどん ブロッコリーのおかかあえ ちくわのいそべあげ くだもの	鶏ささみ肉 卵 鰹節 ちくわ のり	うどん 油 砂糖 青のり	玉ねぎ しめじ ブロッコリー 人参 ねぎ 果物	おにぎり おちゃ	さつま芋 お茶
24(火)	カレーにくじゃが はるさめのあまずあえ くだもの	牛肉 ハム	じゃが芋 春雨 油 砂糖 こんにゃく	玉ねぎ 人参 グリーンピース しめじ ほうれん草 果物	ドーナツ ぎゅうにゅう	ホットケーキミックス 砂糖 卵 牛乳
25(水)	さかなのにつけ きりぼしだいこんのにも のっぺいじる なっとう	魚 油揚げ 豆腐 納豆	油 砂糖 里芋 こんにゃく 片栗粉	切干大根 人参 いんげん えのき 玉ねぎ ねぎ ごぼう	おかし くだもの ぎゅうにゅう	おかし 果物 牛乳
26(木)	かきあげ わふうサラダ すましじる	ウインナー ちくわ 豆腐 油揚げ	さつま芋 油 砂糖	人参 玉ねぎ 青菜 もやし ねぎ しめじ	せんべい スティックゼリー ぎゅうにゅう	せんべい スティックゼリー 牛乳
27(金)	れんこんハンバーグ スパゲティサラダ ブロッコリー みそじる	合いびき肉 卵 ハム 油揚げ みそ 豆腐 わかめ	パン粉 砂糖 スパゲティ マヨネーズ	玉ねぎ れんこん きゅうり コーン ブロッコリー 人参 ねぎ えのき	ジャムサンド ぎゅうにゅう	食パン ジャム 牛乳
30(月)	てづくりばん おおばいりコールスローサラダ クリームシチュー チーズ	鶏肉 豆乳 ツナ みそ チーズ	さつま芋 油 砂糖 強力粉 バター マヨネーズ	キャベツ 人参 青じそ ほうれん草 コーン 玉ねぎ グリーンピース しめじ 白菜	ヨーグルト おかし	ヨーグルト おかし

・材料購入の都合によっては変更させていただくことがあります。

コップはまいにち持ってきてください。

←鶏のマークがついているメニューの時は上林地鶏を使用しています。

←絵本に出てくる料理やおかしを提供します

今月の絵本は『さつまのおいも』です





朝夕の冷え込みが強く感じる日も増えてきましたが、子どもたちは戸外で元気に秋の自然を感じながら遊んでいます。これから気温がぐっと下がっていきますので、温かい給食や旬の野菜をしっかりと食べて、寒さに負けない強い体を作っていきましょう。

10月、ぱんだ組・そう組さんがお茶摘みへいきました。

摘んできた綾部のお茶葉を使い、蒸して、揉んで、乾かして揉んで、自分達だけのおいしいお茶を作りました。

飲んでみた感想は「ちょっと苦いけどおいしい」「みどりのお茶は苦手だけどこのお茶はのめた」と自分達で作ったお茶をおいしくいただきました。

「お茶を飲むのに3日間かかるんやなぁ」と飲むまでの大変さに気づいた子どもの姿もありました。

今、ここでしか味わえない旬の味を堪能したこどもたちでした。



11月の絵本給食

おやつ「やきいもぱん」



11月は『さつまのいも』からやきいもぱんをおやつで提供します。

さつまいもも人間と同じようにご飯もたべるし、歯磨きもします。みんなでトレーニングもします。

ある日は、芋ほりにきた子どもたちと綱引きをして・・・勝負にかつのは？

さいごは、みんなでやきいもをいただきます！

そんなやきいもをイメージした、パンをおやつに提供します。