


11月の給食だよ

2021年11月1日 済生会なでしこ園 

月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6
魚のフライ(付ブロッコリ) なすのソース煮 里芋の味噌汁 カレ、ブロッコリ/なす、玉ねぎ、人参、 ベーコン/里芋	マーボー豆腐 ウインナーとキャベツの炒め物 かき玉汁 豆腐、豚ひき肉、干し椎茸、玉ねぎ、人 参/キャベツ、ウインナー/卵、玉ねぎ	文化の日	ラーメン 餃子(付ミニトマト) みかん 麵、なると、焼き豚、豆乳/餃子、ミニト マ/みかん	具だくさんオープン焼き(付ミニトマト) もやしのカレー粉炒め 大根の味噌汁、牛乳 ツナ缶、玉ねぎ、人参、干し椎茸、いん げん、卵、ミニトマト/もやし、ピーマン、カレ ー粉/大根/牛乳	お休み
8	9	10	11	12	13
レバーの胡麻揚げ(付ミニトマト) 納豆和え えのきのすまし汁 鶏レバー、ミニトマト/納豆、ほうれん草、キャ ベツ、人参/えのき	焼き魚(付ブロッコリ) かぼちゃの磯煮 青菜の味噌汁、牛乳 カレ、ブロッコリ/かぼちゃ、ひじき、いん げん/チンゲン菜、玉ねぎ/牛乳	パン(白米) クリームシチュー ほうれん草のサラダ、りんご パン/鶏肉、じゃがいも、人参、玉ねぎ、 牛乳/ほうれん草、きゅうり、人参/りん ご	鶏肉じゃが コーンのバター炒め 玉ねぎの味噌汁 c	魚のマヨネーズ焼き(付ミニトマト) なすのケチャップ炒め レタスのスープ、ふかしいも カレ、コンクリーム缶、ミニトマト/なす、玉ね ぎ、人参/レタス/さつまいも 	ハヤシライス マカロニサラダ プリン 牛肉、玉ねぎ、人参、ハヤシル、牛乳/マ カロニ、人参、きゅうり/プリン
15	16	17	18	19	20
豚丼 ミックスベジタブル 豆腐の味噌汁 豚肉、玉ねぎ/ミックスベジタブル、きゅうり /豆腐、油揚げ	焼きうどん もやしの胡麻和え ワンタンのスープ、フルーツスムージー-セリ- 焼うどん麵、キャベツ、ウインナー、人参、玉ね ぎ、かまぼこ、竹輪/もやし、きゅうり、人参、 いりごま/ワンタン/フルーツスムージー-セリ-の素	ハンバーグ(付ミニトマト) ポテトフライ てまりふのすまし汁、七五三のお菓子 牛ひき肉、豚ひき肉、玉ねぎ、牛乳、 卵、ミニトマト/ポテトフライ/てまりふ、人参/ 七五三のお菓子	お弁当の日	魚の照り焼き(付ブロッコリ) きゅうりの胡麻和え 中華スープ、牛乳 カレ、ブロッコリ/きゅうり、人参/卵、生 椎茸、玉ねぎ、チンゲン菜/牛乳	お休み
22	23	24	25	26	27
魚の味噌煮(付大根) ほうれん草の磯和え わかめスープ、バナナ カレ、大根/ほうれん草、人参、刻みの り/わかめ、玉ねぎ/バナナ	勤労感謝の日	鶏のからあげ(付ミニトマト) ポテトサラダ ビーフンのすまし汁 鶏肉、ミニトマト/じゃがいも、人参、きゅう り/ビーフン、人参、玉ねぎ	パン(白米) 魚のチーズ焼き(付ミニトマト) コールスロー、人参のスープ パン/カレ、粉チーズ、ミニトマト/キャベツ、 きゅうり、コン缶/人参	チキンカレー スパゲティサラダ ヨーグルト 鶏肉、じゃが芋、人参、玉ねぎ、カレ ー、牛乳/スパ、きゅうり、人参/ヨー グル	お休み
29	30	<div data-bbox="1169 1247 1895 1723" data-label="Complex-Block"> <div style="border: 1px dashed black; padding: 10px;"> <p style="text-align: center;">秋の旬の食材 「さつまいも」</p>  <p>ホクホクした食感と甘みが特徴的なさつまいも。さつまいもには食物繊維がたくさん含まれており、腸を綺麗にする効果もあります。また、ビタミンCもいも類でトップの含有量なのです。ビタミンCは皮膚や血管の老化を防ぎます。皮にも栄養がたくさん含まれているので皮まで食べるのがおすすめです。</p> </div> </div>			
魚のソース煮(付なす) 春雨サラダ しめじと白菜のスープ、牛乳 カレ、なす/春雨、きゅうり、人参、 ハム/しめじ、白菜/牛乳	スパゲティナポリタン ひじきの炒め煮 豆腐のコンソメスープ スパ、ベーコン、ウインナー、玉ねぎ、 人参、ピーマン/ひじき、油揚げ、人参、ち くわ、いんげん/豆腐				

※献立や食材は、仕入れなどの状況により変更となる場合があります。

※今月のメニューのも旬の食材を取り入れています。(かぼちゃ、さつまいも、りんご)

※卵、乳、小麦粉を使用した献立には    を表示しています。

☆メニューごとに使用する食材を記載しています。



～七五三の日～

七五三は3歳、5歳、7歳の男の子、女の子が行う人生の通過儀礼です。それまでの無事の成長を祝い、これからも健やかに成長するよう祈願する行事で、11月15日に晴れ着を着て神社に参拝する習わしがあります。七五三に欠かせない千歳あめは江戸時代に浅草の飴売りが、子どものお宮参りのお土産として考案したのが始まりと言われています。なでしこ園の給食では七五三のお祝いでお菓子を提供します☆いつもの給食とは違う雰囲気

