



11月給食献立(乳児・幼児食)

11月1日～11月16日給食献立

2022年度 池上わかばこども園

都合により献立を変更することがあります。

日	曜日	朝のおやつ	昼食	3時のおやつ	材 料 名
1	火	牛乳 オレンジ	ご飯 鮭ときのこのバター焼き 切干大根の煮物 かき玉汁	お茶 お好み焼き	米・鮭・しめじ・えのき・玉ねぎ・無塩バター・塩・ポン酢 切干大根・揚げ・人参・干し椎茸・しょうゆ・上白糖・みりん・だし汁・なたね油 鶏卵・玉ねぎ・みつば・しょうゆ・塩 ほうじ茶・キャベツ・天かす・人参・豚ミンチ・小麦粉・鶏卵・だし汁・おたふくソース・かつお節・青のり
2	水	牛乳 ぱりんこ	ご飯 鶏の照り焼き ブロッコリーの和え物 味噌汁	牛乳 ブルーベリー ジャムサンド	米・鶏肉・しょうゆ・上白糖・みりん・酒 ブロッコリー・人参・コーン・しょうゆ・上白糖 白菜・揚げ・ねぎ・味噌 牛乳・食パン・ブルーベリージャム
4	金	牛乳 野菜クラッカー	きつねうどん 白菜とちくわの和え物 黄桃缶	お茶 昆布おにぎり	うどん・揚げ・上白糖・しょうゆ・かまぼこ・しめじ・みりん・だし汁 白菜・ちくわ・人参・しょうゆ・上白糖 黄桃缶 ほうじ茶・米・塩昆布
5	土	牛乳 ハッピーターン	中華風炊き込みご飯 味噌汁 バナナ	牛乳 サラダせん ミックスラムネ	米・牛肉・ごぼう・人参・ごま油・しょうゆ・上白糖・酒・だし汁 大根・しめじ・ねぎ・味噌 バナナ 牛乳・サラダせん・ラムネ
7	月	牛乳 ルヴァン	ご飯 野菜入り厚焼き卵 ひじき煮 味噌汁	牛乳 オレンジ寒天	米・鶏卵・鶏ミンチ・玉ねぎ・人参・しょうゆ・みりん・三温糖・なたね油・ケチャップ 揚げ・ひじき・グリーンピース・人参・しょうゆ・上白糖・みりん・だし汁 ほうれん草・豆腐・玉ねぎ・味噌 牛乳・寒天・オレンジジュース・上白糖
8	火	牛乳 りんご	☆お誕生会☆ ご飯・エビフライ カラフルサラダ ベーコンのスープ	牛乳 バナナケーキ	米・エビフライ・植物油・タルタルソース ブロッコリー・ツナ・パプリカ・和風ドレッシング コンソメ・しょうゆ・塩・ベーコン・玉ねぎ・人参・パセリ 牛乳・小麦粉・ベーキングパウダー・スキムミルク・鶏卵・有塩バター・上白糖・バナナ・ホイップ
9	水	牛乳 ぱりんこ	チキンカレー 小松菜のごまだれ和え オレンジ	牛乳 マシュマロおこし	米・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・カレールー・なたね油 小松菜・人参・コーン・ごまだれ オレンジ 牛乳・コーンフレーク・マシュマロ・有塩バター
10	木	牛乳 たべっこベイビー	もみじごはん 鯖の塩焼き キャベツのポン酢和え 味噌汁	牛乳 レーズン蒸しパン	米・人参・塩・しょうゆ・しめじ・さつま芋・ごま・さば・塩・なたね油 キャベツ・コーン・人参・ポン酢 厚揚げ・玉ねぎ・ねぎ・味噌 牛乳・干しぶどう・ホットケーキミックス・牛乳
11	金	牛乳 野菜クラッカー	きのこ豚肉のスパゲティ ほうれん草のツナサラダ コンソメスープ	牛乳 源氏パイ ミックスラムネ	スパゲティ・豚肉・玉ねぎ・しめじ・人参・ピーマン・有塩バター・しょうゆ・鶏がらだし・塩 ほうれん草・ツナ・人参・マヨネーズ コンソメ・しょうゆ・塩・玉ねぎ・じゃが芋・パセリ 牛乳・源氏パイ・ラムネ
12	土	牛乳 ハッピーターン	中華丼 春雨スープ バナナ	牛乳 ぼたぼた焼き ニコニコゼリー	米・豚肉・玉ねぎ・人参・白菜・椎茸・なたね油・鶏がらだし・みりん・しょうゆ・塩・片栗粉 春雨・わかめ・にら・鶏がらだし・塩 バナナ 牛乳・ぼたぼた焼・ニコニコゼリー
14	月	牛乳 ルヴァン	鮭ちらし寿司 がんもの煮物 赤だし	牛乳 マフィン	米・酢・上白糖・塩・鮭フレーク・きゅうり・ごま・錦糸玉子 小判型がんも・インゲン・人参・しょうゆ・上白糖・みりん・だし汁 白菜・わかめ・みつば・赤だし・味噌 牛乳・無塩バター・上白糖・スキムミルク・鶏卵・小麦粉・ベーキングパウダー
15	火	牛乳 バナナ	ロールパン クリームシチュー 豆菜サラダ みかん缶	牛乳 うどんのおやき	ロールパン・鶏肉・玉ねぎ・じゃが芋・人参・ブロッコリー・マッシュルーム・クリームシチュールー・コンソメ・牛乳 大豆・小松菜・ツナ・人参・和風ドレッシング みかん缶 牛乳・うどん・鶏卵・小麦粉・ねぎ・かつお節・めんつゆ・ごま油
16	水	牛乳 ぱりんこ	ご飯 カレーの煮付け もやしと青菜のナムル 味噌汁	牛乳 大学芋	米・カレー・しょうゆ・上白糖・酒・しょうが もやし・青梗菜・人参・しょうゆ・上白糖・ごま油・塩 さつま揚げ・玉ねぎ・ねぎ・味噌 牛乳・さつま芋・なたね油・上白糖・黒ごま

11月給食献立(乳児・幼児食)

11月17日～11月30日給食献立

2022年度 池上わかばこども園

都合により献立を変更することがあります。

日	曜日	朝のおやつ	昼食	3時のおやつ	材 料 名
17	木	牛乳 たべっこベイビー	ご飯 豚肉のチンジャオロース風 餃子 小松菜のスープ	牛乳 スティックケーキ	米・豚肉・ピーマン・パプリカ・たけのこ・玉ねぎ・しょうが・酒・しょうゆ・上白糖・みりん・ごま油 餃子 小松菜・人参・鶏がらだし・塩 牛乳・ホットケーキミックス・鶏卵・牛乳・チーズ・上白糖
18	金	牛乳 野菜クラッカー	塩ラーメン じゃが芋の甘辛炒め りんご	お茶 小豆でっち	中華そば・豚肉・青梗菜・キャベツ・もやし・人参・しょうが・みりん・ごま油・しょうゆ・鶏がらだし じゃが芋・人参・ごま・しょうゆ・上白糖・なたね油 りんご ほうじ茶・ゆで小豆・もち米・上白糖・塩・きな粉
19	土	牛乳 ハッピーターン	鶏そぼろ丼 味噌汁 バナナ	牛乳 たべっこベイビー 味しらべ	米・鶏ミンチ・玉ねぎ・しょうゆ・上白糖・みりん・片栗粉・なたね油・ほうれん草・人参・だし汁 かぼちゃ・玉ねぎ・ねぎ・味噌 バナナ 牛乳・たべっこベイビー・味しらべ
21	月	牛乳 ルヴァン	ご飯 豚肉の生姜焼き 白菜のレモン和え 味噌汁	牛乳 コンソメポテト	米・豚肉・玉ねぎ・キャベツ・人参・しょうゆ・上白糖・みりん・しょうが・なたね油 白菜・人参・しょうゆ・上白糖・レモン果汁 さつま揚げ・玉ねぎ・ねぎ・味噌 牛乳・ナチュラルカットポテト・植物油・塩・コンソメ
22	火	牛乳 オレンジ	ご飯 白身魚の野菜あんかけ 南瓜の煮付け 味噌汁	牛乳 マカロニきな粉	米・ホキ・なたね油・青梗菜・玉ねぎ・人参・しょうゆ・みりん・酢・だし汁・片栗粉 かぼちゃ・グリーンピース・しょうゆ・上白糖・みりん・だし汁 えのき・玉ねぎ・ねぎ・味噌 牛乳・マカロニ・上白糖・きな粉
24	木	牛乳 たべっこベイビー	ご飯 豚肉コロッケ ほうれん草とハムのサラダ コンソメスープ	牛乳 オレンジ蒸しパン	米・コロッケ・植物油・ケチャップ ほうれん草・ハム・人参・マヨネーズ コンソメ・しょうゆ・塩・ブロッコリー・玉ねぎ・人参・パセリ 牛乳・ホットケーキミックス・上白糖・オレンジジュース
25	金	牛乳 野菜クラッカー	鶏肉うどん 小松菜のかにかま和え りんご	お茶 鮭わかめおにぎり	うどん・揚げ・鶏肉・玉ねぎ・しめじ・人参・ねぎ・しょうゆ・みりん・だし汁 小松菜・かにかま・コーン・しょうゆ・上白糖 りんご ほうじ茶・米・わかめ御飯(鮭)
26	土	牛乳 ハッピーターン	ウイナーピラフ オニオンスープ バナナ	牛乳 ぱりんこ ミックスラムネ	米・ウイナー・玉ねぎ・人参・コーン・パセリ・塩・コンソメ・植物油 玉ねぎ・人参・コンソメ・しょうゆ バナナ 牛乳・ぱりんこ・ラムネ
28	月	牛乳 ルヴァン	チャーハン 大根の中華和え 中華スープ	牛乳 トマトケーキ	米・豚肉・ほうれん草・玉ねぎ・人参・コーン・なたね油・塩・しょうゆ 大根・人参・ごま・しょうゆ・上白糖・ごま油・塩 豆腐・しめじ・わかめ・鶏がらだし・塩 牛乳・小麦粉・ベーキングパウダー・鶏卵・無塩バター・上白糖・牛乳・トマト缶
29	火	牛乳 りんご	ご飯 鱈フライ ほうれん草の和え物 味噌汁	牛乳 ジャムヨーグルト	米・あじ・なたね油・とんかつソース ほうれん草・人参・しょうゆ・上白糖 白菜・揚げ・玉ねぎ・味噌 牛乳・ヨーグルト・上白糖・コーンフレーク・いちごジャム
30	水	牛乳 ぱりんこ	ご飯 五目豆腐 ブロッコリーのさっぱり和え 味噌汁	牛乳 ひじき入りクッキー	米・豆腐・豚ミンチ・青梗菜・人参・干し椎茸・しょうゆ・上白糖・酒・なたね油・片栗粉 ブロッコリー・人参・コーン・青じそドレッシング さつま芋・玉ねぎ・ねぎ・味噌 牛乳・小麦粉・ひじき・上白糖・牛乳・無塩バター



～七五三の千歳あめ～

11月15日は七五三、子どもの健やかな成長を願っての節目のお祝いです。七五三のお祝い事に欠かせないのが、千歳あめです。これは紅白の長い棒状のあめを年の数だけ袋に入れた縁起物で、千年も長生きするようにとの願いがこめられています。



11がつ たべものクイズ

(もんだい) はっぴが たくさん おつまった
おまそくて おさい やさいは?

(こたえ) はくさい

たべものや つけもの
よく つかわれていますよ。
おつまりした おひで
たべやういよ。



福山元気に食ります。