

# 11月 こんだてひょう

<b>1日</b> (火)	・人参ごはん ・中華スープ ・じゃがいもの煮物	⇒軟飯、人参 ⇒人参、玉ねぎ、キャベツ、春雨、さつまいも、豆腐、小松菜 ⇒じゃがいも、人参、玉ねぎ、ほうれん草 <b>おやつ⇒よもぎ入りあかちゃんせんべい、スイートポテト</b>
<b>2日</b> (水)	・豆腐丼 ・野菜スープ	⇒軟飯、人参、玉ねぎ、豆腐、ほうれん草 ⇒人参、玉ねぎ、かぼちゃ、白菜、大根、ブロッコリー <b>おやつ⇒ふんわりソフトせん、バナナ</b>
<b>4日</b> (金)	・ごはん ・味噌汁 ・大根の煮物	⇒軟飯 ⇒人参、玉ねぎ、じゃがいも、キャベツ、豆腐、小松菜 ⇒大根、人参、ほうれん草 <b>おやつ⇒かぼちゃポーロ、いちごゼリー</b>
<b>5日</b> (土)	・ごはん ・味噌汁 ・ほうれん草の白和え	⇒軟飯 ⇒人参、玉ねぎ、キャベツ、大根、かぼちゃ、小松菜 ⇒ほうれん草、人参、豆腐 <b>おやつ⇒紫いもふんわりせんべい、バナナ</b>
<b>7日</b> (月)	・ごはん ・味噌汁 ・鮭の煮つけソースかけ	⇒軟飯 ⇒人参、玉ねぎ、白菜、かぼちゃ、大根、豆腐、小松菜 ⇒鮭、人参、玉ねぎ、ほうれん草 <b>おやつ⇒花花せんべい、スティックポテト</b>
<b>8日</b> (火)	・ひじきごはん ・クリームスープ ・マッシュパンプキン	⇒軟飯、人参、ひじき ⇒人参、玉ねぎ、さつまいも、白菜、豆乳、小松菜 ⇒かぼちゃ、人参、ほうれん草 <b>おやつ⇒紫いもチップ、オレンジゼリー</b>
<b>9日</b> (水)	・そぼろ丼 ・コロコロスープ	⇒軟飯、人参、玉ねぎ、高野豆腐、ほうれん草 ⇒人参、玉ねぎ、キャベツ、じゃがいも、豆腐、ブロッコリー <b>おやつ⇒ベビースティック、バナナ</b>
<b>10日</b> (木)	・ごはん ・味噌汁 ・さつまいもの煮物	⇒軟飯 ⇒人参、玉ねぎ、白菜、じゃがいも、大根、豆腐、小松菜 ⇒さつまいも、人参、ほうれん草 <b>おやつ⇒鉄塩せん、豆乳プリン</b>
<b>11日</b> (金)	・ごはん ・味噌汁 ・豆腐のとろとろ煮	⇒軟飯 ⇒人参、玉ねぎ、かぼちゃ、白菜、大根、小松菜 ⇒豆腐、人参、玉ねぎ、ほうれん草 <b>おやつ⇒サクッとあられ、煮りんご</b>
<b>12日</b> (土)	・すき焼き風丼 ・味噌汁	⇒軟飯、人参、玉ねぎ、白菜、豆腐、ほうれん草 ⇒人参、玉ねぎ、キャベツ、さつまいも、大根、小松菜 <b>おやつ⇒紫いもふんわりせんべい、バナナ</b>
<b>14日</b> (月)	・ごはん ・味噌汁 ・赤魚の煮付け	⇒軟飯 ⇒人参、玉ねぎ、白菜、かぼちゃ、大根、豆腐、小松菜 ⇒赤魚 <b>おやつ⇒あかちゃんせんべい、オレンジスイートポテト</b>
<b>15日</b> (火)	・おかかごはん ・ビーフン汁 ・さつまいもの煮物	⇒軟飯、人参、かつお節 ⇒人参、玉ねぎ、キャベツ、じゃがいも、ビーフン、豆腐、小松菜 ⇒さつまいも、人参、ほうれん草 <b>おやつ⇒ふんわりソフトせん、蒸しパン</b>

<b>16日</b> (水)	・豆腐丼 ・トマトスープ	⇒軟飯、人参、玉ねぎ、豆腐、ほうれん草 ⇒人参、玉ねぎ、白菜、さつまいも、トマト、ブロッコリー <b>おやつ⇒かぼちゃポーロ、バナナ</b>
<b>17日</b> (木)	・ごはん ・味噌汁 ・マッシュポテト	⇒軟飯 ⇒人参、玉ねぎ、キャベツ、かぼちゃ、大根、豆腐、小松菜 ⇒じゃがいも、人参、ほうれん草 <b>おやつ⇒花花せんべい、きなこおはぎ風</b>
<b>18日</b> (金)	・人参ごはん ・豆乳味噌汁 ・大根と豆腐の煮物	⇒軟飯、人参 ⇒人参、玉ねぎ、白菜、じゃがいも、豆乳、小松菜 ⇒大根、人参、豆腐、ほうれん草 <b>おやつ⇒ベビースティック、ブドウゼリー</b>
<b>21日</b> (月)	・ごはん ・味噌汁 ・鮭の煮つけソースかけ	⇒軟飯 ⇒人参、玉ねぎ、かぼちゃ、白菜、豆腐、小松菜 ⇒鮭、人参、玉ねぎ、ほうれん草 <b>おやつ⇒紫いもチップ、蒸しパン</b>
<b>22日</b> (火)	・ひじきごはん ・中華スープ ・かぼちゃの煮物	⇒軟飯、人参、ひじき ⇒人参、玉ねぎ、キャベツ、春雨、じゃがいも、豆腐、小松菜 ⇒かぼちゃ、人参、ほうれん草 <b>おやつ⇒よもぎ入り赤ちゃんせんべい、煮りんご</b>
<b>24日</b> (木)	・ごはん ・味噌汁 ・じゃがいもの旨煮	⇒軟飯 ⇒人参、玉ねぎ、さつまいも、白菜、大根、豆腐、小松菜 ⇒じゃがいも、人参、玉ねぎ、ほうれん草 <b>おやつ⇒鉄塩せん、いもようかん</b>
<b>25日</b> (金)	・ごはん ・クリームスープ ・豆腐のそぼろ煮	⇒軟飯 ⇒人参、玉ねぎ、かぼちゃ、キャベツ、豆乳、ブロッコリー ⇒豆腐、人参、玉ねぎ、ほうれん草 <b>おやつ⇒ベビースティック、ピーチゼリー</b>
<b>26日</b> (土)	・すき焼き風丼 ・味噌汁	⇒軟飯、人参、玉ねぎ、豆腐、白菜、ほうれん草 ⇒人参、玉ねぎ、キャベツ、さつまいも、大根、小松菜 <b>おやつ⇒紫いもふんわりせんべい、バナナ</b>
<b>28日</b> (月)	・ごはん ・味噌汁 ・赤魚の煮つけ	⇒軟飯 ⇒人参、玉ねぎ、白菜、かぼちゃ、大根、豆腐、ほうれん草 ⇒赤魚 <b>おやつ⇒花花せんべい、スティックポテト</b>
<b>29日</b> (火)	・おかかごはん ・味噌汁 ・さつまいもの煮物	⇒軟飯、人参、かつお節 ⇒人参、玉ねぎ、キャベツ、じゃがいも、豆腐、ブロッコリー ⇒さつまいも、人参、ほうれん草 <b>おやつ⇒むらさきいもせんべい、りんごゼリー</b>
<b>30日</b> (水)	・そぼろ丼 ・野菜スープ	⇒軟飯、人参、玉ねぎ、高野豆腐、ほうれん草 ⇒人参、玉ねぎ、白菜、じゃがいも、トマト、ブロッコリー <b>おやつ⇒ベビースティック、バナナ</b>

◆食材の納品の関係により、献立を変更することがあります。ご了承ください。

◆つぼみ組は2歳以上と同じ献立です。水曜日のみ、めばえ組と同じ献立になります。