

平成 30 年 11 月 給 食 献 立 表

帯広市 こども課

日	3歳～5歳児	3歳未満児	おやつ	日	3歳～5歳児	3歳未満児	おやつ	日	3歳～5歳児	3歳未満児	おやつ					
1 木	ほうれん草澄まし汁 八宝菜 果物 南瓜バター煮 もやししらすあえ	鮭ふりかけご飯 八宝菜 ほうれん草澄まし汁 南瓜バター煮 果物 もやししらすあえ	オールレーズン おやつ煮干 牛乳	13 火	キャベツ味噌汁 豚肉と野菜のからめ煮 炒り豆腐 果物 ほうれん草のりあえ	さつまいもご飯 果物 キャベツ味噌汁 炒り豆腐 豚肉と野菜のからめ煮 ほうれん草のりあえ	米菓子 甘納豆 牛乳	24 土	味噌煮込みうどん 果物	味噌煮込みうどん 果物						
	2 金	なす味噌汁 果物 ササミとコーンのかき揚げ ふき煮物 小松菜昆布あえ	しめじご飯 なす味噌汁 果物 ササミとコーンのかき揚げ ふき煮物 小松菜昆布あえ		もちもちおやき 牛乳	14 水	かぶ味噌汁 果物 大豆と鶏肉の煮物 南瓜と生揚げの煮物 白菜おひたし		ご飯 焼き餃子 果物 かぶ味噌汁 白菜おひたし 大豆と鶏肉の煮物 南瓜と生揚げの煮物	ふかしいも 牛乳		26 月	うどん汁 いも玉子とじ チーズおかかあえ 果物	ご飯 コーンソテー 果物 うどん汁 いも玉子とじ チーズおかかあえ	マシュマロおこし 牛乳	
5 月	ポトフ 果物 ポパイオムレツ さつまいも甘辛煮 もやしのりあえ	栗ご飯 ポトフ 果物 ポパイオムレツ さつまいも甘辛煮 もやしのりあえ	ムース かんぱん お茶	15 木	切干大根スープ ほっけのムニエル 果物 なすそぼろ煮 チーズおかかあえ		菜飯 切干大根スープ ほっけのムニエル 果物 なすそぼろ煮 チーズおかかあえ	米菓子 レーズン 牛乳	27 火	人参ご飯 ミートボールシチュー 南瓜ベーコン煮 果物 ブロッコリーおかかあえ	人参ご飯 ミートボールシチュー 南瓜ベーコン煮 果物 ブロッコリーおかかあえ		ビスケット おしゃぶりスルメ お茶			
	6 火	豆腐味噌汁 果物 南瓜コロッケ 大根と油揚げの煮物 小松菜ごまあえ	ご飯 いら玉子とじ 豆腐味噌汁 南瓜コロッケ 大根と油揚げの煮物 果物 小松菜ごまあえ		クラッカー ブルー 牛乳	16 金	コンソメスープ カレー 果物 もやしのナムル	カレーライス、ミニトマト コンソメスープ もやしのナムル 果物		りんごパンケーキ 牛乳	28 水	なめこ味噌汁 ゆで豚 キャベツ炒め煮 果物	豆ご飯 果物 なめこ味噌汁 ゆで豚 キャベツ炒め煮	米菓子 干しいも 牛乳		
7 水	ワカメ味噌汁 果物 枝豆ホイコーロー 揚げごぼうごまあえ ほうれん草おひたし	ご飯 ウィンナーソテー かぶ味噌汁 枝豆ホイコーロー 揚げごぼうごまあえ 果物 ほうれん草おひたし	クッキー 一口昆布 牛乳	17 土	焼そば ワカメスープ 果物		焼そば ワカメスープ 果物		29 木	白菜味噌汁 さば味噌煮 切干大根の煮物 もやしおひたし 果物		しらすとみつば入りご飯 白菜味噌汁 さば味噌煮 切干大根の煮物 もやしおひたし 果物	鉄の国のアリス チーズキッス 牛乳			
	8 木	高野豆腐味噌汁 さんま煮魚 小さい秋みつけた 果物	ひじきご飯 果物 高野豆腐味噌汁 さんま煮魚 小さい秋みつけた		キャロットケーキ 牛乳	19 月	さつまいも味噌汁 かき揚げ天 大根とツナの煮物 キャベツごまあえ 果物			炒め納豆ご飯 かき揚げ天 さつまいも味噌汁 大根とツナの煮物 キャベツごまあえ 果物	ビスケット ブルー 牛乳	30 金	コーン玉子スープ 豆腐の照り焼き 大根と鶏肉の煮物 ほうれん草のりあえ 果物	ご飯 ミニトマト コーン玉子スープ 豆腐の照り焼き 大根と鶏肉の煮物 ほうれん草のりあえ 果物	米菓子 甘納豆 牛乳	
9 金	手作り醤油ラーメン 果物	おかかおにぎり 手作り醤油ラーメン 果物	米菓子 チーズ 牛乳	20 火	キャベツ味噌汁 鶏肉香焼 果物 大豆五目煮 チンゲン菜おひたし		ご飯 ポテトフライ 果物 キャベツ味噌汁 鶏肉香焼 大豆五目煮 チンゲン菜おひたし	米菓子 おやつ煮干 乳酸菌飲料	10 土	スパゲッティミートソース コンソメスープ 果物	スパゲッティミートソース コンソメスープ 果物			21 水	炒めナムル丼 豆腐澄まし汁 スパゲッティ 果物 ブロッコリーごま醤油かけ	炒めナムル丼 豆腐澄まし汁 スパゲッティ 果物 ブロッコリーごま醤油かけ
12 月	きのこ味噌汁 もやしチャンプルー ひじきとツキコンの煮物 キャベツ昆布あえ 果物	ふりかけご飯 きのこ味噌汁 もやしチャンプルー ひじきとツキコンの煮物 キャベツ昆布あえ 果物	ビスケット おしゃぶりスルメ 牛乳		22 木	大根味噌汁 親子煮 金平 小松菜のりあえ 果物	ご飯 ポテトフライ 果物 キャベツ味噌汁 鶏肉香焼 大豆五目煮 チンゲン菜おひたし 炒めナムル丼 豆腐澄まし汁 スパゲッティ 果物 ブロッコリーごま醤油かけ	いもしと 牛乳				今月の行事 11月21日(水) 誕生会 11月27日(火) ふるさと給食				

※ 行事、材料の関係で変更もありますのでご了承ください。

11月の栄養(平均)	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩
3歳未満児	533kcal	20.4g	17.3g	1.9g
3歳以上児 (副食のみ)	425kcal	18.5g	16.5g	2.1g