



日	月	火	水	木	金	土
			1	2 消防訓練	3 文化の日	4
		<p>秋も一段と深まり、おいしい食べ物が多いこの季節は食欲も増してきます。寒い日には体を温める食材を食べて、寒さに負けない体づくりをしていきましょう。</p>	<p>きのこグラタン ゴマ味噌スティック ミルクスープ 牛乳 フルーツヨーグルト パフェ</p>	<p>塩肉じゃが ブロッコリー 厚揚げの味噌汁 オレンジ 牛乳 お菓子</p>	<p>11月 3日</p>	<p>親子煮 ワカメスープ バナナ 牛乳 お菓子</p>
5	6	7 いもほり	8	★9 誕生会	10	11
<p>八宝菜 みそ汁 のりゴマ納豆 りんご 牛乳 さつま芋のガレット</p>	<p>里芋と南瓜のコロッケ ゴマポンサラダ トマト ほうれん草と卵のふわふわスープ・牛乳 野菜ジュース ふかし芋</p>	<p>鯖のネギ味噌焼き キャベツとささみのマヨ醤油和え 根菜スープ バナナ 牛乳 ゆで卵のタコ焼き 風</p>	<p>※主食いりません チキンヨーグルトカレー スパゲティサラダ ミニトマト・キウイ 牛乳 コーンマヨトースト</p>	<p>肉うどん 野菜たっぷりがんもどき スティックきゅうり 牛乳 人参と南瓜の羊羹</p>	<p>南瓜と大根の旨煮 みそ汁 バナナ 牛乳 お菓子</p>	
12	13	14	★15 七五三	16お遊戯会総練習	17	18
<p>ししゃもの天ぷらカレー味 ひじきの鉄骨和え ブロッコリー キャベツの豆乳スープ・りんご 牛乳 米粉にらチヂミ</p>	<p>鶏の照り焼き かぼちゃサラダ つみれ汁 牛乳 牧場の朝ヨーグルト</p>	<p>赤魚のみりん焼き 柿サラダ 茶碗蒸し のりゴマ納豆 牛乳 豆乳あんころ葛餅</p>	<p>ビーフシチュー 白菜とツナの海苔マヨサラダ トマト みかん 牛乳 チーズ蒸しパン</p>	<p>きのこパスタ オニオンスープ オレンジ 牛乳 お菓子</p>	<p>リョネーズポテト 中華スープ バナナ 牛乳 お菓子</p>	
19	20	21お遊戯会総練習	22	23 勤労感謝の日	24	★25 お遊戯会
<p>マーボー厚揚げ ゆで卵 白菜と油揚げの味噌汁 みかん 牛乳 米粉ケーキ</p>	<p>魚の磯辺揚げ 無限ピーマン トマトのマリネ 卵スープ 牛乳 マスカットゼリー</p>	<p>チーズハンバーグ 野菜の塩昆布和え 春雨スープ バナナ 牛乳 南瓜きな粉団子</p>		<p>海鮮焼きそば 押麦のスープ キウイ 牛乳 お菓子</p>		
26	27	28	29	30	<p>◆七五三◆</p> <p>七五三は、子どもの健やかな成長と健康を祝う日です。地域によって違いはありますが、男子は3歳と5歳、女子は3歳と7歳です。千歳あめは江戸時代に飴屋さんが考えたもので「長生きできますように」という願いを込めて細長く作られています。 ★給食は「茶碗蒸し」を作ります。</p>	
<p>お好み焼き風玉子焼き じゃが芋の胡麻和え 豆乳味噌スープ 牛乳 ちくわの磯辺焼き</p>	<p>揚げさかなと野菜ののろみスープ 鶏レバーの甘辛煮 ブロッコリー りんご 牛乳 お菓子</p>	<p>手羽中の焼き唐揚げ ごぼうと小松菜のきなごま和え 水餃子 牛乳 チーズおにぎり</p>	<p>おでん みそ汁 みかん 牛乳 ジャムパン</p>			



6月に植えたお芋はそろそろ収穫を待っているようです。今年も自然にふれながら、にじ・そら・ほし組は芋掘りに出かけます。毎年大きいお芋をお土産に持ってきてくれるので、給食やおやつで頂きたいと思ひます。 ※予定献立が「お芋メニュー」に変更になる場合があります。

