

令和 6 年 11 月 給 食 献 立 表

【今月の目標】・・・旬の野菜をたくさん食べましょう。

須佐保育園

日	曜	主食 (未満児)	副 食 (共 通)	お や つ	
				10時(未満児)	3時(共通)
1	金	ご飯	れんこんつくね 南瓜のサラダ 野菜スープ	牛乳/煮りんご	牛乳/ぜんざい/果物
2	土	わかめご飯	そうめんチャンプルー 卵サラダ 豆腐のすまし汁	牛乳/粉ふき芋	牛乳/ベーコンパン/果物
5	火	パン	きのこの和風スパゲティ さつま芋サラダ わかめスープ	牛乳/卵焼き	牛乳/かしわおにぎり/果物
6	水	ひじきご飯	魚のボテマヨ焼き 野菜の土佐和え かき卵汁	牛乳/蒸しパン	牛乳/ピザまん/果物
7	木	ご飯	ささ身のフライ きゅうりの酢の物 豚汁	牛乳/トースト	牛乳/バナナマフィン
8	金	お 遊 戯 会			
9	土	人参ご飯	豚肉と野菜の生姜炒め 南瓜のそぼろ煮 きのこのスープ	牛乳/黄粉マカロニ	牛乳/ホットケーキ/果物
11	月	ご飯	餃子 切り干し大根の煮物 イエローシチュー	牛乳/ラスク	牛乳/クレープ/果物
12	火	パン	のり塩チキン ビーンズサラダ ちゃんぽん	牛乳/野菜グラッセ	牛乳/さつま芋おにぎり/果物
13	水	ご飯	魚の人参衣焼き ひじきと大豆の煮物 豆乳味噌スープ	牛乳/みたらし団子	牛乳/ポテトチップス/果物
14	木	ご飯	タルタル卵の肉巻き シーチキンサラダ カレー汁	牛乳/焼きりんご	牛乳/お好み焼き/果物
15	金	ご飯	さつま芋コロッケ 春雨サラダ にら玉汁	牛乳/ホットケーキ	牛乳/牛乳くずもち/果物
16	土	パン	南瓜グラタン 野菜サラダ チンゲン菜のスープ	牛乳/ココア蒸しパン	牛乳/鮭しそおにぎり/果物
18	月	ご飯	さつま芋の肉巻き ミモザサラダ クリームシチュー	牛乳/チーズトースト	牛乳/ソーメン汁/果物
19	火	わかめご飯	鶏の竜田揚げ ヨーグルトサラダ 卵とじうどん	牛乳/アーモンドいりこ	牛乳/※さつま芋パン/果物
20	水	さつま芋ご飯	魚のみぞれ煮 れんこんのマヨ和え 肉団子汁	牛乳/じゃがバター	牛乳/ミックスピザ/果物
21	木	ご飯	えびしゅうまい 五目きんぴら 豆腐の味噌汁	牛乳/磯部卵焼き	牛乳/フレンチトースト/果物
22	金	ご飯	春巻き トマトのマリネ 鶏ごぼう汁	牛乳/さつま芋バター	牛乳/まんじゅう/果物
25	月	ご飯	れんこんの挟み焼き 青菜の磯和え さつま芋シチュー	牛乳/黄粉トースト	牛乳/チヂミ/果物
26	火	パン	皿うどん ジャーマンポテト オニオンスープ	牛乳/りんごのレーズン煮	牛乳/わかめおにぎり/果物
27	水	誕生会	 エビピラフ スコッチエッグ トマトスパゲティ 野菜のマリネ 南瓜のクリームスープ	牛乳/菓子	牛乳/チーズケーキ/果物
28	木	ご飯	鶏肉のマスタード焼き キャベツのツナマヨ和え さつま芋の味噌汁	牛乳/蒸しパン	牛乳/ほうれん草マフィン/果物
29	金	ご飯	すき焼き風煮 納豆入り卵焼き 春雨スープ	牛乳/南瓜グラッセ	牛乳/カレーパン/果物
30	土	ごまご飯	焼きそば マセドアンサラダ 白菜のスープ	牛乳/ヨーグルトパン	牛乳/黄粉団子/果物

※は新メニューです。



今月のレシピ～牛乳くずもち～

＜材料＞2人分
牛乳 300ml
片栗粉 50g
砂糖 30g
きな粉 適量

＜作り方＞

- 鍋に片栗粉と砂糖を入れて、よく混ぜたら少しずつ牛乳を加えます。
 - 火にかけて弱火～中火でとろみがつくまでよくかき混ぜながら加熱します。
 - 固まってきたら弱火にしてよく練り混ぜてください。
 - とろみがついたら冷やして食べやすい大きさに切ります。
 - 最後にお好みできな粉や砂糖、黒蜜などをかけたら完成。
- ※簡単に作ることができて、濃厚でモチモチしていて美味しいですよ。