

令和 7 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	土	パン	きのこの和風スパゲティ ジャーマンポテト 野菜スープ	牛乳/卵焼き	牛乳/青菜のおにぎり/果物
4	火	わかめご飯	タンドリーチキン きゅうりの酢の物 かき揚げうどん	牛乳/さつま芋の甘煮	牛乳/ぜんざい/果物
5	水	ご飯	魚の甘酢あんかけ 高野豆腐の卵とし さつま芋の味噌汁	牛乳/煮りんご	ヤクルト/フレンチトースト/果物
6	木	ご飯	野菜の肉巻き ほうれん草の納豆和え かき卵汁	牛乳/みたらし団子	牛乳/バナナマフィン
7	金	お 遊 戯 会			
8	土	パン	じゃが芋のグラタン トマトのごま和え オニオンスープ	牛乳/蒸し芋	牛乳/わかめおにぎり/果物
10	月	ご飯	ミートボール 卵サラダ きのこのシチュー	牛乳/アーモンドいりこ	牛乳/ピザまん/果物
11	火	パン	皿うどん じゃが芋のカレー炒め 卵スープ	牛乳/野菜グラッセ	牛乳/いなり寿司/果物
12	水	ご飯	魚の人参衣焼き レバニラ炒め 豆乳味噌スープ	牛乳/りんごのレーズン煮	ヤクルト/ポテトチップス/果物
13	木	ご飯	すき焼き風煮 だし巻き卵 根菜スープ	牛乳/牛乳くずもち	牛乳/大豆といりこの佃煮/果物
14	金	ご飯	餃子 五目きんぴら 南瓜の味噌汁	牛乳/トースト	牛乳/まんじゅう/果物
15	土	人参ご飯	そうめんチャンプルー マセドアンサラダ 中華スープ	牛乳/南瓜煮	牛乳/ベーコンパン/果物
17	月	ご飯	えびしゅうまい 切り干し大根の煮物 コーンシチュー	牛乳/黄粉マカロニ	牛乳/ソーメン汁/果物
18	火	パン	鶏の竜田揚げ フルーツ入りサラダ ちゃんぽん	牛乳/焼りんご	牛乳/かしわおにぎり/果物
19	水	ご飯	魚の塩こうじ焼き マカロニサラダ 豆腐の味噌汁	牛乳/ホットケーキ	牛乳/じゃがちゃん/果物
20	木	ご飯	さつま芋コロッケ きゅうりの酢の物 チンゲン菜のスープ	牛乳/いりこの佃煮	牛乳/チヂミ/果物
21	金	ご飯	チンジャオロース にら玉 豆腐のすまし汁	牛乳/南瓜グラッセ	牛乳/※さつま芋ボール/果物
22	土	ご飯	豚肉と野菜の生姜炒め 南瓜のそぼろ煮 鶏ごぼう汁	牛乳/磯部卵焼き	牛乳/黄粉団子/果物
25	火	パン	ミートスパゲティ フレンチサラダ 野菜スープ	牛乳/ふかし芋	牛乳/鮭しそおにぎり/果物
26	水	ご飯	魚のみぞれ煮 竹輪の磯部揚げ 春雨サラダ 豚汁	牛乳/ゆで卵	牛乳/アメリカンドック/果物
27	木	誕生会	 えびピラフ スコッチエッグ スパゲティサラダ 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	金	ご飯	鶏の照り焼き 野菜の土佐和え さつま汁	牛乳/じゃがバター	牛乳/あんぱん/果物
29	土	ご飯	ポテトオムレツ キャベツのツナマヨ和え わかめスープ	牛乳/ココア蒸しパン	牛乳/ほうれん草マフィン/果物

※は新メニューです。



今月のレシピ～さつまいもボール～



<材料>

小さいサイズ約15個分

さつま芋 150g
☆片栗粉 大さじ3
☆砂糖 大さじ1
☆バター 大さじ1
牛乳 大さじ2～

<作り方>

- ①さつま芋の皮をむき柔らかくなるまで茹でマッシャーで潰す。
- ②①に☆の材料を入れる。
- ③牛乳を少しずつ入れまとまりやすい硬さにする。
- ④③を食べやすい大きさに丸めて180℃の油で色づくまで揚げたら完成。