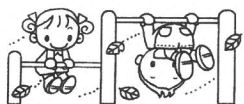


ひばりゆりかご保育園 11月の献立&行事予定



月	火	水	木	金	土
エネルギー・・・508kcal たんぱく質・・・18.8g 太字は園行事です。 細字は保健センター事業です。	野菜で体を温めましょう！ 朝晩の冷え込みが厳しくなってきました。部屋の中を温めることで体を温めることはできますが、体の中は温まっていません。 体の中が温まっていないと、抵抗力が下がり風邪をひきやすくなります。体を温める野菜を食べて、風邪を予防しましょう！ 体を温める野菜 かぼちゃ・れんこん・玉ねぎ・にんじん・さつまいも・にら・小松菜・しょうが等				1 わかめうどん チーズ
					おかし・M
3 文化の日	4 茶飯 豚肉の野菜巻き コーンサラダ スープ クッキー&おせんべい・M	5 青菜ご飯 マグロカツ 切干煮 みそ汁 お好み焼き・M	6 五目うどん バナナ ホットサンド・M	7 ご飯 親子煮 キャベツの昆布和え みそ汁 いももち・M	8 野菜たっぷりうどん バナナ おかし・M
10 ご飯 豚肉のしょうが焼き はるさめサラダ みそ汁 ビスケット&クッキー・M	11 ご飯 鮭の塩焼き ほうれん草の白和え みそ汁 スティックパイ・M 	12 ツナときのこの和風スパゲティ グリーンサラダ オレンジ スープ ホイップクリームパン・M	13 ふりかけご飯 松風焼き ひじきとれんこんのサラダ すまし汁 焼きいも・M	14 カレーライス チーズサラダ りんご スープ コーンフレーク・M	15 わかめうどん バナナ おかし・M
17 きつねうどん バナナ ホットドッグ・M	18 わかめご飯 はんぺんフライ 炒り鶏 みそ汁 スイートポテト・M ← 保育参観Week →	19 ご飯 豚肉の野菜あんかけ 柿 スープ ロールカステラ・M	20 ご飯 白身魚のみそ焼き 大豆サラダ すまし汁 肉まん・M	21 お弁当 	22 ちゃんぽんうどん チーズ おかし・M
24 振替休日 	25 麻婆豆腐ライス わかめサラダ バナナ スープ ポテトフライ・M	26 ふりかけご飯 カジキのおろし煮 納豆サラダ みそ汁 サブレ&おせんべい・M	27 お楽しみメニュー 	28 焼きそば ブロッコリーサラダ ゼリー スープ ラスク・M 3歳児健診 令和4年7月～9月まれ	29 野菜たっぷりうどん バナナ おかし・M

Mは牛乳です。おやつにはヨーグルトもつきます。 材料の都合により献立を変更することがあります。ひばりゆりかご保育園

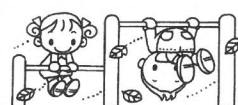


ひばりゆりかご保育園 11月の離乳食(後期食)献立&行事予定



月	火	水	木	金	土
	野菜で体を温めましょう! 朝晩の冷え込みが厳しくなってきました。部屋の中を温めることで体を温めることはできますが、体の中は温まっていません。 体の中が温まっていないと、抵抗力が下がり風邪をひきやすくなります。体を温める野菜を食べて、風邪を予防しましょう!  体を温める野菜 かぼちゃ・れんこん・玉ねぎ・にんじん・さつまいも・にら・小松菜・しょうが等				1 わかめうどん チーズ おかし・麦茶
3 文化の日 	4 茶飯 豚肉と野菜のケチャップ煮 コーン野菜煮 スープ ビスケット&ベビーせんべい・麦茶	5 青菜ご飯 マグロソテー 切干煮 みそ汁 お好み焼き・麦茶	6 五目うどん バナナ チーズサンド・麦茶	7 軟飯 親子煮 キャベツの昆布和え みそ汁 いもち・麦茶	8 野菜たっぷりうどん バナナ おかし・麦茶
10 軟飯 豚肉のしょうが焼き はるさめ野菜煮 みそ汁 ビスケット&ベビーせんべい・麦茶	11 軟飯 鮭の塩焼き ほうれん草の白和え みそ汁 さつまいもマッシュ・麦茶  避難訓練	12 ツナときのこの和風スパゲティ 温野菜 オレンジ スープ いちごジャムサンド・麦茶	13 ふりかけご飯 松風焼き ひじきとれんこんの和えもの すまし汁 焼きいも・麦茶	14 豚肉と野菜のチーズリゾット 温野菜 りんご スープ かぼちゃマッシュ・麦茶	15 わかめうどん バナナ おかし・麦茶
17 きつねうどん バナナ メープルサンド・麦茶	18 わかめご飯 白身魚の照り焼き 炒り鶏 みそ汁 スイートポテト・麦茶	19 軟飯 豚肉の野菜あんかけ 柿 スープ 蒸しパン・麦茶 保育参観Week	20 軟飯 白身魚のみそ焼き 大豆野菜煮 すまし汁 肉まん・麦茶	21 お弁当  ビスケット&ベビーせんべい・麦茶 お弁当デー	22 ちゃんぽんうどん チーズ おかし・麦茶
24 振替休日 	25 麻婆豆腐ライス わかめの酢の物 バナナ スープ じゃがいもマッシュ・麦茶	26 ふりかけご飯 カジキのおろし煮 野菜煮 みそ汁 ビスケット&ベビーせんべい・麦茶	27 お楽しみメニュー  ケーキ・麦茶 お誕生日会 	28 五目ご飯 ブロッコリーの和えもの ゼリー スープ ラスク・麦茶 3歳児健診 令和4年7月~9月まれ	29 野菜たっぷりうどん バナナ おかし・麦茶

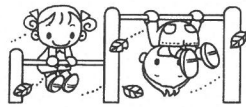
おやつにはヨーグルトもつきます。材料の都合により献立を変更することがあります。ひばりゆりかご保育園



ひばりゆりかご保育園 11月の離乳食(中期食)献立&行事予定



月	火	水	木	金	土
	野菜で体を温めましょう! 朝晩の冷え込みが厳しくなってきました。部屋の中を温めることで体を温めることはできますが、体の中は温まっています。 体の中が温まっていないと、抵抗力が下がり風邪をひきやすくなります。体を温める野菜を食べて、風邪を予防しましょう!  体を温める野菜 かぼちゃ・れんこん・玉ねぎ・にんじん・さつまいも・にら・小松菜・しょうが等				1 煮込みわかめうどん チーズ おかし・麦茶
3 文化の日 	4 7倍粥 豆腐野菜煮 野菜スープ ビスケット&ベビーせんべい・麦茶	5 7倍粥 鶏ひき肉野菜煮 野菜スープ お好み焼き・麦茶	6 7倍粥 大豆野菜煮 野菜スープ パン粥・麦茶	7 7倍粥 白身魚野菜煮 野菜スープ いもち・麦茶	8 煮込み野菜たっぷりうどん バナナ おかし・麦茶
10 7倍粥 鶏ひき肉野菜煮 野菜スープ ビスケット&ベビーせんべい・麦茶	11 7倍粥 豆腐野菜煮 野菜スープ さつまいもマッシュ・麦茶 避難訓練 	12 7倍粥 白身魚野菜煮 野菜スープ パン粥・麦茶	13 7倍粥 納豆野菜煮 野菜スープ 焼きいも・麦茶	14 7倍粥 鶏ひき肉野菜煮 野菜スープ かぼちゃマッシュ・麦茶	15 煮込みわかめうどん バナナ おかし・麦茶
17 7倍粥 豆腐野菜煮 野菜スープ パン粥・麦茶	18 7倍粥 鶏ひき肉野菜煮 野菜スープ スイートポテト・麦茶	19 7倍粥 大豆野菜煮 野菜スープ 蒸しパン・麦茶 保育参観Week	20 7倍粥 白身魚野菜煮 野菜スープ きなこバナナ・麦茶	21 お弁当 	22 煮込みちゃんぽんうどん チーズ おかし・麦茶
24 振替休日 	25 7倍粥 豆腐野菜煮 野菜スープ じゃがいもマッシュ・麦茶	26 7倍粥 白身魚野菜煮 野菜スープ ビスケット&ベビーせんべい・麦茶	27 7倍粥 納豆野菜煮 野菜スープ ケーキ・麦茶	28 7倍粥 鶏ひき肉野菜煮 野菜スープ パン粥・麦茶 3歳児健診 令和4年7月~9月まれ	29 煮込み野菜たっぷりうどん バナナ おかし・麦茶



ひばりゆりかご保育園 11月の離乳食(初期食)献立&行事予定



月	火	水	木	金	土
保健センター事業 28日(金)3歳児健診 令和4年7月~9月まれ 太字は園行事です。	野菜で体を温めましょう! 朝晩の冷え込みが厳しくなってきました。部屋の中を温めることで体を温めることはできますが、体の中は温まっていません。 体の中が温まっていないと、抵抗力が下がり風邪をひきやすくなります。体を温める野菜を食べて、風邪を予防しましょう!  体を温める野菜 かぼちゃ・れんこん・玉ねぎ・にんじん・さつまいも・にら・小松菜・しょうが等				1 うどんクタクタ煮 鶏ひき肉野菜煮 野菜スープ うどん 鶏ひき肉 キャベツ ほうれん草 玉ねぎ
	3 文化の日 	4 つぶし10倍粥 豆腐野菜煮 野菜スープ 米 豆腐 にんじん キャベツ 大根	5 つぶし10倍粥 鶏ひき肉野菜煮 野菜スープ 米 鶏ひき肉 玉ねぎ キャベツ かぼちゃ	6 つぶし10倍粥 大豆野菜煮 野菜スープ 米 大豆 にんじん ほうれん草 玉ねぎ	7 つぶし10倍粥 白身魚野菜煮 野菜スープ 米 じゃがいも 白身魚 にんじん ほうれん草
10 つぶし10倍粥 豆腐野菜煮 野菜スープ 米 豆腐 玉ねぎ キャベツ かぼちゃ	11 つぶし10倍粥 白身魚野菜煮 野菜スープ  避難訓練 米 さつまいも 白身魚 にんじん ほうれん草	12 つぶし10倍粥 納豆野菜煮 野菜スープ 米 納豆 玉ねぎ にんじん キャベツ	13 つぶし10倍粥 鶏ひき肉野菜煮 野菜スープ 米 じゃがいも 鶏ひき肉 玉ねぎ キャベツ	14 つぶし10倍粥 大豆野菜煮 野菜スープ 米 大豆 玉ねぎ にんじん ほうれん草	15 うどんクタクタ煮 鶏ひき肉野菜煮 野菜スープ うどん 鶏ひき肉 キャベツ ほうれん草 にんじん
17 つぶし10倍粥 豆腐野菜煮 野菜スープ 米 豆腐 玉ねぎ キャベツ かぼちゃ	18 つぶし10倍粥 白身魚野菜煮 野菜スープ 米 じゃがいも 白身魚 にんじん ほうれん草	19 つぶし10倍粥 納豆野菜煮 野菜スープ 保育参観Week 米 納豆 玉ねぎ にんじん キャベツ	20 つぶし10倍粥 白身魚野菜煮 野菜スープ 米 白身魚 玉ねぎ キャベツ ほうれん草	21 お弁当  お弁当デー	22 うどんクタクタ煮 鶏ひき肉野菜煮 野菜スープ うどん 鶏ひき肉 キャベツ ほうれん草 玉ねぎ
24 振替休日 	25 つぶし10倍粥 豆腐野菜煮 野菜スープ 米 豆腐 玉ねぎ キャベツ かぼちゃ	26 つぶし10倍粥 白身魚野菜煮 野菜スープ 米 じゃがいも 白身魚 ほうれん草 玉ねぎ	27 つぶし10倍粥 納豆野菜煮 野菜スープ 米 納豆 玉ねぎ にんじん キャベツ	28 うどんクタクタ煮 鶏ひき肉野菜煮 野菜スープ うどん 鶏ひき肉 玉ねぎ にんじん ほうれん草	29 うどんクタクタ煮 大豆野菜煮 野菜スープ うどん 大豆 玉ねぎ にんじん キャベツ