



くじら認定こども園離乳食献立表【11月】

栄養士より

	主食	汁もの	おかず	15時おやつ
1 月	おかゆ	すまし汁	とりの煮物、にんじん煮	クッキー
2 火	おかゆ	すまし汁	とりとじゃがいもの煮物、バナナヨーグルト	コーンフレーク煮
3 水			文化の日	
4 木	煮込みうどん		さかなの煮物、かぼちゃの煮物	スイートポテト
5 金	おかゆ	すまし汁	さかなの煮物、ブロッコリーの煮物	ジャムサンド
6 土	おかゆ	すまし汁	とりとじゃがいもの煮物、キャベツの煮物	ビスケット
7 日				
8 月	おかゆ	ごもく汁	とりの煮物、マカロニ煮、バナナ	蒸しパン
9 火	おかゆ	はくさいスープ	さかなの煮物、にんじん煮	つきあげ
10 水	おかゆ	すまし汁	とうふの煮物、やさいの煮物	五平もち
11 木	おかゆ	すまし汁	さかなの煮物、さつま芋の煮物	おかゆ
12 金			遠足 お弁当の日	ジャムサンド
13 土	おかゆ	すまし汁	さかなの煮物、ブロッコリーの煮物、ヨーグルト	せんべい
14 日				
15 月	鮭入りおかゆ	すまし汁	とりだんご煮、かぼちゃ煮物	ホットケーキ
16 火	おかゆ	すまし汁	さかなの煮物、ブロッコリーの煮物、バナナ	いももち
17 水	おかゆ	すまし汁	とうふの煮物、キャベツの煮物	麩のラスク
18 木	おかゆ	やさいスープ	さかなの煮物、じゃがいも煮物、バナナ	フルーツポンチ
19 金	おかゆ	すまし汁	とりの煮物、キャベツの煮物	サターアングギー
20 土	煮込みうどん		やさいの煮物、マッシュポテト	せんべい
21 日				
22 月	ばんがゆ	すまし汁	さかなの煮物、じゃがいも煮物、バナナ	おかゆ
23 火			勤労感謝の日	
24 水	おかゆ	すまし汁	とうふの煮物、かぼちゃの煮物	クラッカー
25 木	おかゆ	やさいスープ	とりの煮物、ブロッコリー煮物	ジャムパン
26 金	おかゆ	すまし汁	さかなの煮物、さつま芋の煮物	りんごケーキ
27 土	おかゆ	すまし汁	とりとやさいの煮物、かぼちゃの煮物	せんべい
28 日				
29 月	おかゆ	すまし汁	とうふの煮物、キャベツの煮物	きな粉マカロニ
30 火	いもがゆ	すまし汁	さかなの煮物、かぼちゃの煮物、バナナ	ごまクッキー

今月は九州・沖縄地方の献立を提供します。
 タコライスとは元々はメキシコ料理ですが、アメリカのテキサス州で広まり、米軍基地から沖縄の定番料理になりました。沖縄では豚肉の消費量が多いということだけでなく豚の足、耳、顔、内臓、すべて余すところなく食べるのが特徴です。ミミガーとは豚の耳介で、給食では豚バラ肉で代用し提供します。おやつはサターアングギーは沖縄の揚げ菓子でサターは砂糖、アングギーは油で揚げたという意味だそうです。さつま汁は鹿児島島の郷土料理です。お楽しみに。



11月15日は七五三ですね。七五三といえば千歳飴。

親子で手作りしてみませんか？
 基本の材料 粉砂糖 15g クリーミーパウダー 13g
 コンデンスミルク 12g

作り方 材料を混ぜ合わせ、分量外の粉砂糖を手とまな板にまぶしころころと細長く伸ばし形成し冷蔵庫で冷やし固める。定番の紅白以外にザラメや黒ごまきな粉、レーズンナッツなどまぜると違った味わいで楽しいです。



☆都合により献立を変更する場合がございます