

	月	火	水	木	金	
1	こんだて	あじつけのり はるさめのすのもの ぶちまる むぎごはん	てづくり りんごゼリー ししゃもフライ コッパン はくさいの クリームスープ	ぶんか 文化の日 	ココア ピーンズ パインサラダ ごはん ハヤシライス	ミニ みかんゼリー だいこんと ツナのサラダ ♡あげパン♡ にくだんご スープ
	き	こめ むぎ はるさめ さとう ごま こんにやく じゃがいも ごまあぶら ぎゅうにゅう あつあげ うずらたまご のり	パン パンこ あぶら バター じゃがいも さとう ぎゅうにゅう ししゃも チーズ ベーコン いんげんまめ ゼリーのもと		こめ こむぎこ でんぶん じゃがいも あぶら さとう ぎゅうにゅう ぶたにく だいず	パン あぶら さとう ごま マヨネーズ ぎゅうにゅう きなこ ミートボール ツナ
	あか	わかめ ちぎりあげ みそ (こんぶ) にんじん だいこん キャベツ きゅうり	にんじん たまねぎ はくさい りんごかじゅう		にんじん トマト たまねぎ しょうが にんにく キャベツ パイン きゅうり	にんじん ねぎ こまつな キャベツ たまねぎ もやし きくらげ だいこん
	みどり					
8	こんだて	からしたかな きびなご フライ ぶちまる むぎごはん	だいずの ファミリーサラダ ミルクパン わふうポトフ	ピピンパ (にく) ピピンパ (ナムル) むぎごはん たまごのスープ	こまつなの こうみあえ さばのソースに ごはん さつまじる	4年生見学旅行 ごぼうの マヨサラダ ミルクパン にくみそ
	き	こめ むぎ パンこ ごま ごまあぶら はるさめ あぶら ぎゅうにゅう きびなご とうふ とり (こんぶ)	パン じゃがいも さとう あぶら ぎゅうにゅう だいず ぶたにく あぶらあげ きなこ (かつお)	こめ むぎ さとう あぶら ごま ごまあぶら でんぶん ぎゅうにゅう ぶたにく ぎゅうにく たまご もずく とうふ (かつお)	こめ さとう ごま ごまあぶら さつまいも こんにやく ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう きなこ とり (いりこ)	パン さとう ビーフン ごま ごまあぶら マヨネーズ ぎゅうにゅう ぶたにく みそ だいず かまぼこ
	あか	にんじん みすな ねぎ かな はくさい えのきたけ	にんじん チンゲンサイ にんにく だいこん たまねぎ ごぼう キャベツ きゅうり	にんじん たら ねぎ しいたけ チンゲンサイ しょうが にんにく もやし たまねぎ	にんじん こまつな ねぎ しょうが もやし はくさい だいこん ごぼう しいたけ	にんじん ねぎ チンゲンサイ しょうが たまねぎ もやし ごぼう しいたけ キャベツ きゅうり
	みどり					
15	こんだて	かみかみ いりこ くきわかめの サラダ ぶちまる むぎごはん	ポイル キャベツ ぎゅうにく コロケ きりめいり まるパン とうにゅういり コーンチュー	いっしょく のりふりかけ きんぴら ごぼう むぎごはん おやこうどん	きりぼし だいこんの あえもの ごはん たまねぎの みそしる	ナッツの りんかけ コールスロー しょくパン じゃがいもの ケチャップ
	き	こめ むぎ さとう あぶら ごま ごまあぶら ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ いりこ くきわかめ だいず みそ	パン じゃがいも パンこ あぶら ぎゅうにゅう とうにゅう いんげんまめ ベーコン	こめ むぎ うどんめん さとう あぶら ごま こんにやく ぎゅうにゅう とり (たまご あぶらあげ かまぼこ ぶたにく (かつお・こんぶ) のり	こめ さとう あぶら ごま ごまあぶら でんぶん ぎゅうにゅう ホキ とうふ あぶらあげ みそ わかめ (いりこ)	パン じゃがいも さとう あぶら マカロニ アーモンド カシューナッツ ぎゅうにゅう ぶたにく
	あか	にんじん ねぎ たまねぎ しょうが にんにく もやし	にんじん チンゲンサイ たまねぎ コーン キャベツ	にんじん ねぎ たまねぎ しいたけ ごぼう	にんじん ねぎ れんこん しめじ えだまめ きりぼしだいこん キャベツ きゅうり たまねぎ	にんじん トマト たまねぎ しめじ にんにく コーン キャベツ
	みどり					
22	こんだて	れんこんの みそマヨいため いわしの しょうがに ぶちまるむぎ ごはん すましじる	きん ろう かんしゃ ひ 勤労感謝の日 	みかん じゃこめ サラダ むぎごはん チキンカレー	はくさいの こまつあえ とうふ ハンバーグ ごはん みそしる	りんごの フルーツミックス チリコンカン きりめいり コッパン やさいスープ
	き	こめ むぎ あぶら さとう こんにやく マヨネーズ ぎゅうにゅう いわし とうふ ぶたにく みそ わかめ (かつお・こんぶ)		こめ むぎ こむぎこ さとう あぶら じゃがいも ごまあぶら ぎゅうにゅう とり (たまご あぶらあげ しらす だいず	こめ さとう あぶら でんぶん ごま ぎゅうにゅう とうふ あぶらあげ みそ ハンバーグ (いりこ)	パン じゃがいも さとう あぶら ぎゅうにゅう だいず ベーコン ぶたにく にんじん たまねぎ にんにく チンゲンサイ キャベツ りんご もも パイン
	あか	にんじん こまつな ねぎ しょうが れんこん たまねぎ えのきたけ		にんじん たまねぎ にんにく しょうが キャベツ きゅうり みかん	にんじん たまねぎ ねぎ ほうれんそう はくさい えのきたけ	
	みどり					
29	こんだて	みすなの あえもの さかなの こうみソース がらめ ぶちまる むぎごはん	りんごジャム かみかみサラダ しょくパン きのこ スパゲティ	11月8日 あじの旅 ~福岡(ふくおか)県~ 【博多水炊き】・・・100年以上の歴史がある 「博多水炊き」は、家庭でも親しまれる福岡県の郷土 料理です。水炊きは、鍋に水を入れ、鶏肉、野菜などの 食材を煮込んで調理する鍋料理です。水やお湯のみでゆ で、具材からだし汁をとるのが特徴です。 朝食でも、鶏肉とたくさんの野菜を使って再現します。 【鶏肉】・・・福岡市は、1年間の鶏肉の消費量が 全国第1位です！その理由として、福岡には「博多 水炊き」や「筑前煮」などの鶏肉を使った郷土料理 が多いことがあげられます。		
	き	こめ むぎ さとう こむぎこ でんぶん ごま ごまあぶら あぶら	パン スパゲティめん パター さとう あぶら カシューナッツ ジャム	こめ さとう あぶら でんぶん ごま ぎゅうにゅう とうふ あぶらあげ みそ ハンバーグ (いりこ)		
	あか	ぎゅうにゅう ホキ たまご ぶたにく とうふ	ぎゅうにゅう とり (たまご) ベーコン チーズ しらす	にんじん たまねぎ ねぎ ほうれんそう はくさい えのきたけ		
	みどり	にんじん ねぎ たら みすな しょうが にんにく もやし キムチ はくさい たまねぎ	にんじん こまつな たまねぎ えのき しめじ エリンギ しいたけ にんにく キャベツ きゅうり			
30	こんだて	みすなの あえもの さかなの こうみソース がらめ ぶちまる むぎごはん	りんごジャム かみかみサラダ しょくパン きのこ スパゲティ	11月23日 勤労感謝の日 思いを伝えよう 11月23日は勤労感謝の日です。勤労感 謝の日は、「勤労をたっぴ、生産を祝い、 国民がいがいに感謝しあう」白と定められて います。身近な人たちに感謝の気持ちを伝 えてみませんか？		
	き	こめ むぎ さとう こむぎこ でんぶん ごま ごまあぶら あぶら	パン スパゲティめん パター さとう あぶら カシューナッツ ジャム	こめ さとう あぶら でんぶん ごま ぎゅうにゅう とうふ あぶらあげ みそ ハンバーグ (いりこ)		
	あか	ぎゅうにゅう ホキ たまご ぶたにく とうふ	ぎゅうにゅう とり (たまご) ベーコン チーズ しらす	にんじん たまねぎ ねぎ ほうれんそう はくさい えのきたけ		
	みどり	にんじん ねぎ たら みすな しょうが にんにく もやし キムチ はくさい たまねぎ	にんじん こまつな たまねぎ えのき しめじ エリンギ しいたけ にんにく キャベツ きゅうり			

※献立・材料・実施の有無は都合により変更することがあります。ご了承ください。