令和８年１１月　喜璃夢（シーズ）給食だより

日付	曜日	献立名	材料	おやつ　※月・金は手作り	
				午前	午後
2	月	ごはん 筑前煮 酢の物	米、こんにゃく、鶏もも肉、ちくわ、わかめ、しらす、人参、たけのこ、ごぼう、いんげん、しいたけ、きゅうり	ボーロ	おたのしみ
4	水	ごはん チャプチェ きのこたっぷり汁	米、春雨、豚肉、白身魚、豆腐、えのきたけ、しめじ、しいたけ、ねぎ、人参、たけのこ、ピーマン	ーロゼリー	焼き菓子
5	木	秋　の　遠　足 みんなでお弁当を食べよう☺ 		おたのしみ	カップ ヨーグルト
6	金	ごはん 煮込みハンバーグ コーンスープ　付け合わせ野菜	米、パン粉、豚ミンチ、豆腐、ベーコン、玉ねぎ、人参、クリームコーン、コーン、キャベツ、ミニトマト	果物	おたのしみ
9	月	ごはん　鮭の漬け焼き さつま芋の味噌汁 こまツナ和え	米、さつま芋、ごま、鮭、味噌、ツナ、しょうが、えのきたけ、ねぎ、小松菜	スティックパン	おたのしみ
10	火	ごはん 八宝菜 ハムともやしのナムル	米、豚肉、いか、えび、ハム、玉ねぎ、人参、白菜、チンゲン菜、しいたけ、もやし、きゅうり	クッキー	むぎむぎ
11	水	パン ポークビーンズ フルーツのヨーグルト和え	パン、豚肉、大豆、ヨーグルト、わかめ、人参、玉ねぎ、しめじ、みかん缶、パイン缶	さきいか	おにぎり
12	木	梅ごはん ちくわの磯部揚げ 麩玉汁　もやしのゆかり和え	米、丸麩、ツナ、豆腐、ちくわ、青のり、しめじ、人参、ねぎ、もやし	ウエハース	プリン
13	金	ごはん 豚汁 漬物サラダ	米、豚肉、油揚げ、豆腐、赤味噌、こんにゃく、ごぼう、人参、玉ねぎ、しめじ、ねぎ、白菜、きゅうり	ビスケット 野菜ジュース	おたのしみ
16	月	オムライス コンソメスープ ブロッコリーの中華和え	米、じゃがいも、ごま、卵、鶏肉、ウインナー、玉ねぎ、人参、ピーマン、ブロッコリー、コーン	せんべい	おかいものごっこ セレクトおやつ 
17	火	マーボー丼 コロコロサラダ	米、豚ひき肉、豆腐、ちくわ、味噌、ハム、玉ねぎ、人参、ねぎ、しいたけ、しょうがキャベツ、にんじん、きゅうり、コーン	果物	
18	水	ごはん すき焼き風煮 はりはり漬け	米、こんにゃく、豚肉、焼き豆腐、かまぼこ、白菜、人参、ねぎ、切り干し大根、きゅうり	カップゼリー	
19	木	ごはん 鶏肉の唐揚げ 豆腐のスープ　ミニトマト	米、鶏もも肉、豆腐、ベーコン、しょうが、キャベツ、人参、コーン、ミニトマト	きらず揚げ	
20	金	ごはん 餃子　春雨スープ キャベツのゆかり和え	米、春雨、餃子、ハム、人参、コーン、玉ねぎ、ねぎ、キャベツ、ゆかり	かりんとう	
24	火	ごはん 魚の竜田揚げ　人参サラダ チンゲン菜のスープ	米、じゃがいも、白身魚、ツナ、しょうが、チンゲン菜、人参、玉ねぎ、コーン	ラムネ	小魚ポリポリ
25	水	ごはん　カレー わかめとじゃこのサラダ みかん	米、じゃがいも、豚肉、わかめ、しらす、玉ねぎ、人参、キャベツ、きゅうり、みかん	おしゃぶり昆布	ポン菓子
26	木	ごはん 味噌おでん 春雨の酢の物	米、里芋、こんにゃく、春雨、鶏もも肉、はんぺん、生揚げ、赤味噌、ハム、わかめ、大根、きゅうり、人参	カップ ヨーグルト	ドーナツ
27	金	きつねうどん コロッケ キャベツのおかか和え	うどん、油揚げ、鶏もも肉、コロッケ、かつお節、人参、白菜、ねぎ、キャベツ、きゅうり	クッキー 乳酸菌飲料	おたのしみ
30	月	ごはん 揚げ豆腐の肉味噌かけ すまし汁　ゆでキャベツ	米、豆腐、鶏ひき肉、味噌、かまぼこ、玉ねぎ、しょうが、人参、ねぎ、キャベツ	ふがし	おたのしみ

※気温や都合により食材やメニューを変更することがあります。