令和8年度　11月のこんだて

バンビの森こども園

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日

	エネルギ-kcal	タンパク質g	脂質g	塩分g
3歳未満児	509	21.3	16.9	1.4
3歳以上児	584	24.8	19.6	1.7

・下線マーク：手作りおやつになります。
・材料の都合等変更になる場合があります。
・３歳以上児はメインのおやつともう一品、噛む力をつけるおやつが付く日があります。

※子どもが初めての料理や食材に親しむため、2か月のサイクルメニューになっています。

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前	2 ヨーグルト、お茶	3	4 二色せんべい、お茶	5 コーンフレーク 牛乳	6 元気しおポンせん、 乳酸飲料	7 小丸ちゃん、お茶
昼食	発芽玄米ごはん、バーベキューチキン、豆腐とわかめの煮物、油麩と卵とじ汁、 パイン	文化の日	しょうゆラーメン、 豆腐のおとし揚げ、 スティックきゅうり	十五穀米ごはん、 鮭オニオンヨーグルト焼き、 カレー風味サラダ、 なめこの味噌汁、柿	ごはん、大葉味噌肉団子、 なめ茸和え、沢煮椀、 チーズ入り玉子焼き	そぼろ丼、トマト 青菜と水菜のお浸し、 わかめの味噌汁
午後	はちみつレモンケーキ、 さつまケンピ、牛乳		きのこ甘酒おこわ、牛乳	ガーリックスティックパン、 バナナチップ、豆乳	ずんだの豆乳蒸しパン、 干しりんご、牛乳	ビスケット ジョアプレーン
午前	9 ふがし、お茶	10 米棒、お茶	11 ヨーグルト、お茶	12 元気くまサンド、お茶	13 しらすせんべい、 乳酸飲料	14 ベジタブルせんべい、 お茶
昼食	ごはん、麻婆豆腐、 バンサンスー、 レタスの中華スープ、 グレープフルーツ	ごはん、焼ししゃも、 五目納豆、ワンタンスープ、 ゆで玉子	ロールパン、りんご シェパードパイ、 ブロッコリーのくずし豆腐サラダ、ジュリエンヌスープ	ごはん、たらムニエルトマトクリームソース、ほうれん草のゆかり和え、つぼん汁、 手作りののりの佃煮	発芽玄米ごはん、鶏の甘酒照り焼き、春雨金平、三平汁、パイン	温麺、さつま芋レーズン煮、ミニゼリー
午後	棒ドーナツ、小魚、牛乳	焼きいも、ぶどうジュース	Ｃａおにぎり、牛乳	さつま芋りんごのスティックケーキ、バナナチップ、牛乳	ジャム付きコッペパン、 うの花あげ、豆乳	クラッカー、乳酸飲料
午前	16 元気あまからせん、 乳酸飲料	17 コーンフレーク 牛乳	18 サラダおかき、お茶	19 ヨーグルト、お茶	20 クラッカー、牛乳	21 小丸ちゃん、お茶
昼食	コーンクリームスパゲティ、 ひじきと押し麦サラダ、 野菜バタースープ、柿	ごはん、かじきのもみじ焼き、 じゃこ入り野菜納豆、 炒り豆腐、青菜味噌汁	食パン、米粉のポークシチュー、人参マリネ、卵とブロッコリーのチーズ焼き	十五穀米ごはん、カレイのレモン風味焼き、焼き野菜の煮びたし、ちゃんぽんスープ、 キウイ	ごはん、ヤンニョムチキン、 チンゲン菜の梅おかか和え、 呉汁、手作り青のりふりかけ	けんちんうどん、 きのこのホイル焼き、バナナ
午後	豆乳ごまプリン、 おさかなサブレ、牛乳	チーズ蒸しパン、 小魚、豆乳	チュモッパ、牛乳	かわらせんべい、 干しりんご、牛乳	人参ツナサンド、 さつまケンピ、豆乳	ミルククルーラドーナツ、 牛乳
午前	23	24 ヨーグルト、お茶	25 いわしおかき、 乳酸飲料	26 米棒、お茶	27 コーンフレーク 牛乳	28 サラダおかき、お茶
昼食	勤労感謝の日	ごはん、鮭のちゃんちゃん焼き、のり納豆、むらくも汁、 パイン	手作りふりかけおにぎり 鶏の照り焼き、 かぶときゅうりの漬物、豚汁	発芽玄米ごはん、さばの味噌煮、青菜とのりの和え物、 ビーフンスープ、 お好み焼き風玉子焼き	ごはん、とんとん天、 昆布サラダ、きのこの味噌汁、 手作りののりの佃煮	ニラ豚丼、 ほうれん草サラダ、 ミニゼリー
午後		舞茸パスタ、牛乳	胡麻揚げ団子、 うの花あげ、豆乳	のり塩ハッシュドポテト、 ラスク、牛乳	ケークサレ、 バナナチップ、豆乳	ヨーグルト、 ザラメせんべい、お茶
午前	30 ザラメせんべい、お茶					
昼食	ごはん、きのこカレー、 きゅうりと春雨の酢の物、 トマトスープ、ゆで玉子					
午後	さつま芋おやき クッキー、牛乳					

10日　焼き芋会

16日　誕生会

25日　芋煮会