

2026

11月

こんだてひょう

2 (げつ)	3 (か)	4 (すい)	5 (もく)	6 (きん)	7 (ど)
ごはん レモンチキン ブロッコリーのしおゆで さといものにつけ フルーツ 432/327kcal		ごはん カレー ツナサラダ フルーツ 430/328kcal	ごはん ようふうがんもどき トマト ほうれんそうのミモザあえ フルーツ 482/346kcal	パン さかなのやきづけ きゅうりのしおもみ とんじる フルーツ 408/327kcal	ごはん すきやきふう ポテトサラダ フルーツ 421/326kcal
9 (げつ)	10 (か)	11 (すい)	12 (もく)	13 (きん)	14 (ど)
ごはん ジャーマンオムレツ ブロッコリーのしおゆで なます フルーツ 407/304kcal	ごはん キャベツバーグ トマト ひじきのいために フルーツ 517/379kcal	ごはん ちくさやき こふきいも マーボーもやし フルーツ 388/297kcal	ごはん かきあげ ブロッコリーのしおゆで みそしる フルーツ 444/353kcal	パン さかなのみそやき トマト スパゲティサラダ フルーツ 370/281kcal	チャンポンメン かぼちゃのグラッセ フルーツ 443/276kcal
16 (げつ)	17 (か)	18 (すい)	19 (もく)	20 (きん)	21 (ど)
ごはん カレー ツナサラダ フルーツ 430/328kcal	ごはん チキンカツ ブロッコリーのしおゆで わふうサラダ フルーツ 451/357kcal	ごはん ジャーマンオムレツ ブロッコリーの塩茹で ★フィスクシュッペ フルーツ 407/304kcal	ごはん ようふうがんもどき トマト ほうれんそうのミモザあえ フルーツ 482/346kcal	パン さかなのやきづけ きゅうりのしおもみ とんじる フルーツ 408/327kcal	ごはん すきやきふう ポテトサラダ フルーツ 421/326kcal
23 (げつ)	24 (か)	25 (すい)	26 (もく)	27 (きん)	28 (ど)
	ごはん レモンチキン ブロッコリーのしおゆで さといものにつけ フルーツ 432/327kcal	ごはん ちくさやき こふきいも マーボーもやし フルーツ 388/297kcal	ごはん かきあげ ブロッコリーのしおゆで みそしる フルーツ 444/353kcal	パン さかなのみそやき トマト スパゲティサラダ フルーツ 370/281kcal	チャンポンメン かぼちゃのグラッセ フルーツ 443/276kcal
30 (げつ)	今月の郷土料理 フィスクシュッペ (ノルウェー) ★18日の『フィスクシュッペ』はノルウェーの料理です。 『フィスクシュッペ』の「フィスク」は魚、「シュッペ」はスープを意味しています。ノルウェーではたら、さけ、にしんなどが豊富で、魚と野菜を入れたスープはよく食べられているそうです。				
ごはん キャベツバーグ トマト ひじきのいために フルーツ 517/379kcal					

*エネルギー表示は 幼児/乳児 kcal となっています。

*仕入れ等の事情により、献立が変更になる場合があります。ご了承下さい。