

11月献立予定表

11月おやつ

		1(木)	2(金)	3(土)	
☆今月は毎日 柿、りんご、みかん、バナナ などの果物を提供します。		松風焼き 添え野菜 焼きビーフン スープ	魚おろしポン酢 添え野菜 金平ごぼう みそ汁	文化の日	
5(月)	6(火)	7(水)	8(木)	9(金)	10(土)
鶏照り焼き 添え野菜 おつか和え すまし汁	魚かみコル 添え野菜 ドレッシング和え かき玉スープ	親子丼 大根サラダ みそ汁	パン クリームソーダ コーンスープ	魚ゆうあん焼き 添え野菜 ナムル 豚汁	カレーそばろ丼 みそ汁
12(月)	13(火)	14(水)	15(木)	16(金)	17(土)
鶏ごまみそ焼き 添え野菜 白和え のっぺい汁	あかねごはん 魚煮付け 切干大根煮 みそ汁	肉じゃが お浸し みそ汁	秋の遠足	チキンカツ 添え野菜 アゲアゲイクラ トマトスープ	麻婆丼 スープ
19(月)	20(火)	21(水)	22(木)	23(金)	24(土)
鶏甘酢あん 添え野菜 ごぼうサラダ すまし汁	魚ネギソース 添え野菜 白菜煮 みそ汁	きのこカレー チカン汁 和え物	たぬきごはん おでん 即席漬け	勤労感謝の日	愛情弁当
26(月)	27(火)	28(水)	29(木)	30(金)	
和風ハンバーグ 添え野菜 野菜ソテー みそ汁	あかねごはん 魚みそ焼き さつま芋サラダ すまし汁	春雨ソテー チョレギサラダ 中華スープ	ひじきごはん 肉うどん 里芋煮	魚からあげ 添え野菜 れんこんサラダ みそ汁	

離乳食

		1(木)	2(金)	3(土)	
☆毎日季節のフルーツを デザートに添えています。		鶏団子煮 野菜煮 すまし汁	白身魚煮 ごぼう煮 みそ汁	文化の日	
5(月)	6(火)	7(水)	8(木)	9(金)	10(土)
鶏やわらか煮 野菜煮 すまし汁	白身魚煮 キャベツ煮 すまし汁	鶏と野菜煮 大根煮 みそ汁	パン粥 鶏じゃが キャベツ煮	白身魚煮 ほうれんそう煮 豚汁	豚と野菜煮 みそ汁
12(月)	13(火)	14(水)	15(木)	16(金)	17(土)
鶏みそ煮 野菜煮 すまし汁	人参軟飯 白身魚煮 切干大根煮 みそ汁	肉じゃが 野菜煮 みそ汁	秋の遠足	鶏やわらか煮 野菜煮 トマトすまし汁	豚と豆腐煮 すまし汁
19(月)	20(火)	21(水)	22(木)	23(金)	24(土)
鶏やわらか煮 ごぼうと野菜煮 すまし汁	白身魚煮 白菜煮 みそ汁	肉じゃが チカン汁	おでん 野菜煮	勤労感謝の日	愛情弁当
26(月)	27(火)	28(水)	29(木)	30(金)	
鶏団子煮 野菜煮 みそ汁	人参軟飯 魚みそ煮 さつま芋マッシュ すまし汁	豚と野菜煮 野菜煮 コーンスープ	ひじき軟飯 うどん とろとろ煮 里芋煮	白身魚煮 れんこんと 野菜煮 みそ汁	

		1(木)	2(金)	3(土)	
		ヨーグルト ココア	チョコスコーン	文化の日	
5(月)	6(火)	7(水)	8(木)	9(金)	10(土)
ボンデケーキ	茶葉入りクッキー	スノーパフ	りんごと さつま芋のケーキ きなこ牛乳	スイートポテト	市販
12(月)	13(火)	14(水)	15(木)	16(金)	17(土)
コーンクッキー	和風ビスケット 乳酸飲料	紅茶蒸しパン	秋の遠足	プリン きなこ牛乳	市販
19(月)	20(火)	21(水)	22(木)	23(金)	24(土)
キャラメルポップコーン	黒糖蒸しパン	ドーナツ	キャラメルポップコーン きなこ牛乳	勤労感謝の日	市販
26(月)	27(火)	28(水)	29(木)	30(金)	
ブルーベリーヨーグルト	メロンスコーン	フライドポテト きなこ牛乳	りんごゼリー	チョコバナナ 乳酸飲料	

☆メニューが変更になる場合があります。
 ☆離乳食は可食表に伴いメニューを一部変更し、提供させていただきます。
 日を追うごとに風が冷たくなり、冬はもう目前です。
 体を温める根菜類・肉・魚・豆腐などのタンパク質をしっかり摂り、冬に備え
 ましょう。

☆10/12(金)にパン作りを行いました。
 回数を重ねていることもあり、工夫を凝らしたパンが出来上がりました。
 ほしぐみにもなると型抜きも使わずに、キャラクターや動物の形を作っ
 ている子が多くいました。
 乳児クラスもパン作りを見学しに来ていて、成型したパン・焼きあがったパン
 を見て、「いいにおい！早く作りたいな！」と言っていました。

今月の目標…食を通じて、自立心や人と関わる力を養う。

星の子レシピ ☆キャラメルポップコーン☆

☆11月22日のおやつです！

☆分量(作りやすい分量)

- ・ポップコーン 65g
- ・砂糖 50g
- ・バター 20g
- ・水 大さじ1
- ・生クリーム 50cc

- ①砂糖、バター、水を鍋に入れ、弱火にかける。
- ②泡が出てくるまで混ぜる。
- ③少し茶色く色付いてきたら、生クリームを入れて
中火～強火にする。
- ④好みの色で火を止め、ポップコーンを入れて均等
に混ぜる。
- ⑥フッキングシートを敷いたバットなどに移し冷ます。

