



# 11月の献立表

## (離乳食)

月曜		火曜		水曜		木曜		金曜		土曜	
<b>食欲の秋</b> 秋も一段と深まり、おいしい食べ物が多いこの季節は、食欲も増してきます。朝食をしっかり食べて元気に登園しましょう。				1	<ul style="list-style-type: none"> <li>・軟飯</li> <li>・鶏団子と野菜の煮物</li> <li>・味噌汁</li> </ul>	2	<ul style="list-style-type: none"> <li>・軟飯</li> <li>・豚肉と豆腐の煮物</li> <li>・味噌汁</li> </ul>	3	文化の日	4	<ul style="list-style-type: none"> <li>・豚汁うどん</li> <li>・きのこ軟飯</li> </ul>
				3時	お茶・豆乳もち	3時	お茶・バナナパンケーキ			3時	お茶・自然菓子
6	<ul style="list-style-type: none"> <li>・軟飯</li> <li>・鶏肉と野菜の煮物</li> <li>・野菜スープ</li> </ul>	7	<ul style="list-style-type: none"> <li>・軟飯</li> <li>・魚とかぶの煮物</li> <li>・味噌汁</li> </ul>	8	<ul style="list-style-type: none"> <li>・味噌煮うどん</li> <li>・青菜としらす入り軟飯</li> <li>・にんじんゼリー</li> </ul>	9	<ul style="list-style-type: none"> <li>・軟飯</li> <li>・麻婆豆腐風</li> <li>・白菜スープ</li> </ul>	10	<ul style="list-style-type: none"> <li>・軟飯</li> <li>・魚と野菜の煮物</li> <li>・味噌汁</li> </ul>	11	<ul style="list-style-type: none"> <li>・チキン軟飯</li> <li>・野菜スープ</li> </ul>
3時	お茶・りんご蒸しパン	3時	お茶・豆乳プリン風	3時	お茶・豆乳蒸しパン	3時	お茶・さつまいの豆乳煮	3時	お茶・じゃがお焼き	3時	お茶・自然菓子
13	<ul style="list-style-type: none"> <li>・軟飯</li> <li>・鶏団子と野菜の煮物</li> <li>・フルーツ(バナナ)</li> </ul>	14	<ul style="list-style-type: none"> <li>・軟飯</li> <li>・豆腐ハンバーグ</li> <li>・味噌汁</li> </ul>	15	<ul style="list-style-type: none"> <li>・軟飯</li> <li>・魚と大根の煮物</li> <li>・すまし汁</li> </ul>	16	<ul style="list-style-type: none"> <li>・軟飯</li> <li>・豚肉と豆腐の煮物</li> <li>・味噌汁</li> </ul>	17	<ul style="list-style-type: none"> <li>・軟飯</li> <li>・魚とじゃが芋の煮物</li> <li>・野菜スープ</li> </ul>	18	<ul style="list-style-type: none"> <li>・豚汁うどん</li> <li>・きのこ軟飯</li> </ul>
3時	お茶・鮭入り軟飯	3時	お茶・ふかし芋	3時	お茶・バナナ黄粉	3時	お茶・バナナパンケーキ	3時	お茶・にんじん蒸しパン	3時	お茶・自然菓子
20	<ul style="list-style-type: none"> <li>・軟飯</li> <li>・鶏肉と野菜の煮物</li> <li>・野菜スープ</li> </ul>	21	<ul style="list-style-type: none"> <li>・軟飯</li> <li>・魚とかぶの煮物</li> <li>・味噌汁</li> </ul>	22	<ul style="list-style-type: none"> <li>・味噌煮うどん</li> <li>・青菜としらす入り軟飯</li> <li>・にんじんゼリー</li> </ul>	23	勤労感謝の日	24	<ul style="list-style-type: none"> <li>・軟飯</li> <li>・魚と野菜の煮物</li> <li>・味噌汁</li> </ul>	25	<ul style="list-style-type: none"> <li>・チキン軟飯</li> <li>・野菜スープ</li> </ul>
3時	お茶・りんご蒸しパン	3時	お茶・豆乳プリン風	3時	お茶・豆乳蒸しパン			3時	お茶・じゃがお焼き	3時	お茶・自然菓子
27	<ul style="list-style-type: none"> <li>・軟飯</li> <li>・鶏団子と野菜の煮物</li> <li>・フルーツ(バナナ)</li> </ul>	28	<ul style="list-style-type: none"> <li>・軟飯</li> <li>・豆腐ハンバーグ</li> <li>・味噌汁</li> </ul>	29	<ul style="list-style-type: none"> <li>・軟飯</li> <li>・魚と大根の煮物</li> <li>・すまし汁</li> </ul>	30	<ul style="list-style-type: none"> <li>・軟飯</li> <li>・麻婆豆腐風</li> <li>・白菜スープ</li> </ul>	<b>食べ物の好き嫌い</b> 子どもは3歳ごろから好き嫌いが出てきます。口当たり・苦み・においなど嫌いな原因はいろいろですが、味覚が発達してくると食べれるようになってきます。苦手な野菜の代わりにほかの野菜で栄養を補ったり、切り方や調理の仕方を工夫したりして、楽しく食べることが1番ですね◎			
3時	お茶・鮭入り軟飯	3時	お茶・ふかし芋	3時	お茶・バナナ黄粉	3時	お茶・さつまいの豆乳煮				

※食材の仕入れの関係でメニューが変更することがあります。

※朝のおやつは、お茶とフルーツ（または自然菓子）です。

がじゅまる保育園