11月 こんだて

				あかのなかま からだをつくる	みどりのなかま からだの調子をととのえる	きいろのなかま エネルギーのもとになる	その他調味料	主食
☆	2	火	【作品展代休日のため給食はありません】					
	4	水	中華風ローストチキン・華風和え・中華スープ	鶏肉・ロースハム・豆腐	玉ねぎ・生姜・きゅうり・もやし・チンゲン菜	ごま油・春雨・砂糖・いりごま	みりん・しょうゆ・酢・中華だし・塩	ごはん
スプーン	5	木	クリームシチュー・フレンチサラダ・果物	鶏肉・牛乳	玉ねぎ・人参・ブロッコリー・キャベツ・コーン・きゅうり・果物	じゃがいも・油	ホワイトルウ・シチューミックス・塩・酢	クロワッサン
フォーク	6	金	しょうゆラーメン・コロコロサラダ・果物	豚肉	コーン・人参・キャベツ・長ねぎ・生姜・ブロッコリー・果物	さつまいも・じゃがいも・マヨドレ・ごま油	中華だし・しょうゆ	ちゃんぽん麺
	9	月	赤魚の塩麹焼き・ほうれん草のツナマヨ和え・みそ汁・ゼリー	赤魚・ツナ缶・みそ	ほうれん草・もやし・えのき・チンゲン菜	マヨドレ・巻麸・ゼリー	塩麹・だし汁・しょうゆ	ごはん
	10	火	【防災訓練のため給食はありません】					
スプーン	11	水	麻婆豆腐・きゅうりのナムル・中華スープ	豆腐・豚肉・みそ・わかめ	人参・長ねぎ・ニラ・生姜・しいたけ・きゅうり・もやし・コーン・玉ねぎ	砂糖・片栗粉・ごま油	しょうゆ・酒・中華だし・酢・塩	ごはん
	12	木	肉じゃがコロッケ・ひじきサラダ・うち豆のみそ汁	豚肉・ひじき・ツナ缶・うち豆・みそ	ほうれん草・コーン・長ねぎ・玉ねぎ・人参	マヨドレ・巻麸・じゃがいも・砂糖・小麦粉・油・パン粉・片栗粉	しょうゆ・だし汁	ごはん
フォーク	13	金	ミートソーススパゲッティ・ポテトサラダ・牛乳	豚肉・牛乳	人参・きゅうり・コーン・玉ねぎ・トマト缶・パセリ粉	スパゲッティ・じゃがいも・マヨドレ・砂糖・片栗粉	塩・ケチャップ・コンソメ	スパゲッティ
	16	月	白身フライ・ブロッコリーのおかか和え・みそ汁	タラ・かつお節・わかめ・豆腐・みそ	ブロッコリー・人参・コーン・しめじ	小麦粉・油・パン粉	塩・しょうゆ・だし汁・タルタルソース	ごはん
	17	火	ポークチャップ・マカロニサラダ・コンソメスープ・果物	豚肉・ウインナー	玉ねぎ・人参・マッシュルーム缶・きゅうり・キャベツ・果物・コーン	砂糖・じゃがいも・マカロニ	ソース・ケチャップ・塩・コンソメ	ごはん
☆	18	水	【午前保育のため給食はありません】					
	19	木	《食育の日》 れんこん入りハンバーグ・即席漬け・里いものみそ汁・果物	豚肉・みそ	玉ねぎ・れんこん・きゅうり・キャベツ・人参・大根・小松菜・果物	油・砂糖・里芋・油揚げ	塩・だし汁・酒・ケチャップ・中濃ソース	ごはん
スプーン	20	金	親子丼・ブロッコリーのサラダ・みそ汁	鶏肉・鶏卵・みそ・ツナ缶	玉ねぎ・人参・グリンピース・ブロッコリー・コーン・えのき・小松菜	砂糖・巻麸・油・マヨドレ	だし汁・しょうゆ・酒・塩	ごはん
	24	火	サバのみそ煮・ブロッコリーとひじきのサラダ・すまし汁	サバ・みそ・ひじき・豆腐・わかめ・かまぼこ	しょうが・ブロッコリー・コーン	砂糖・マヨドレ・すりごま	みりん・しょうゆ・だし汁・塩	ごはん
	25	水	【11月誕生会】 肉団子・唐揚げ・ツナサラダ・コーンスープ・ゼリー	ツナ・鶏肉・豚肉	ブロッコリー・キャベツ・人参・コーン・たまねぎ・しょうが・フルーツ果汁・みかん缶	油・パン粉・砂糖・小麦粉・米粉	コーンクリーム・塩・しょうゆ・ケチャップ・酢	わかめごはん
お弁当 水筒	26	木	【お弁当DAYのため給食はありません】					
スプーン	27	金	中華丼・春雨サラダ・中華スープ・果物	豚肉・かまぼこ・わかめ	白菜・玉ねぎ・人参・干ししいたけ・チンゲン菜・きゅうり・しょうが・小松菜・しめじ・果物	油・片栗粉・ごま油・春雨・砂糖	中華だし・塩・しょうゆ・酢	ごはん
	30	月	チキンたれカツ・ほうれん草のごま和え・うち豆のみそ汁・果物	鶏肉・みそ・うち豆	ほうれん草・人参・コーン・絹さや・果物	小麦粉・パン粉・油・砂糖・すりごま・油揚げ	みりん・しょうゆ・だし汁	ごはん
☆			11/2（火）【作品展振替休日】★本社弁当★　希望者のみ オムレツ・白身フライ・やきそば・和え物・動物ゼリー	鶏卵・タラ	キャベツ・人参・ほうれん草・フルーツ果汁	油・パン粉・小麦粉・油・やきそば麺・砂糖	塩・しょうゆ・ソース	ごはん
★			11/18（水）【午前保育】★希望者のみ★ 肉豆腐・和風サラダ・スープ	豆腐・豚肉・ちくわ・かつお節	人参・白菜・玉ねぎ・えのき・小松菜・もやし・大根・小松菜	しらたき・油・砂糖・ごま油	だし汁・しょうゆ・みりん・酢・塩・中華だし	ごはん

＊献立内容を変更する場合があります。　＊調味料のマヨネーズは、原材料に鶏卵の入っていない製品を使用しています。

令和8年度

給食だより

感染症対策の基本は『手洗い』です

新型コロナウイルス・インフルエンザ・風邪・食中毒などの感染症対策の基本は『手洗い』です。感染症は、ウイルスや細菌が身体の中に入ることにより感染し発症します。

いろいろなものに触れる私たちの手は、ウイルスや細菌がつきやすいためしっかり手を洗う習慣をつけましょう！

指先や爪の間・指と指の間・親指回り・手のしわ・手首の汚れが残りやすいところなどで特に注意しましょう。



～手洗いの５つのタイミング～



①いろいろな人が利用する場所や乗り物から帰ったとき
②咳やくしゃみをしたり、鼻をかんだ時
③ごはんを食べる前と後
④病気の人をケアしたとき
⑤外にあるものを触った時

5つのポイントを意識してみましょう！

食育の日【れんこん入りハンバーグ】



「あなが開いていて先の見通しがよい」とされ、お祝い料理に欠かせない『れんこん』。その昔栽培が盛んだったこともあり、新潟のれんこんの消費量は全国でも上位です。

れんこんは調理法により食感が変わります。シャキシャキとした歯ざわりを楽しみたいならサラダに。サクサク感、ホクホク感を味わいたいなら煮物や天ぷらに。和洋を問わず、様々な料理に利用することができます。



＜土曜保育＞R8年11月献立予定表

日	曜	献　立　表	主食
11月7日	土	五目うどん・果物	うどん
11月14日	土	ハヤシライス・果物	ごはん
11月21日	土	ミートソーススパゲッティ・果物	スパゲッティ
11月28日	土	カレーライス・果物	ごはん

