

11月 行事予定表

R6 大沢幼稚園

日付	曜日	予 定	年長	年中	年少	年少々	0、1歳児
1	金	半日保育 R7年度新入園児面接					身体測定
2	土						
3	日	文化の日					
4	月	振替休日					
5	火	遠足(年中・年長) 多摩動物園(新・江ノ島水族館)	お弁当	お弁当	お弁当	認定により お弁当・給食	給食
6	水		卒園アルバム 個人撮影		コラソン	コラソン	
7	木	1.2歳ベイベー(10:30~)			リトミック	リトミック	
8	金	テストメール	ゆり組 ハッピールーム		ハッピールーム	ハッピールーム	
9	土	秋まつり(作品展)					
10	日						
11	月	秋まつり代休(預かり保育有)					
12	火	1.2歳ベイベー(10:30~) 保育料等引き落とし	すみれ組・美術				
13	水	おにぎり豚汁パーティー	☆給食センターから白米が届き、自分でおにぎりを握ります。 おいしい豚汁とともにいただきます♪			3号認定児 自園給食	自園給食
14	木			希望参観①	スイミング		
15	金	内科健診(対象者)	リトミック	希望参観② リトミック			
16	土	元気のもり(木工教室)					
17	日						
18	月		チャレンジクラブ	希望参観③ 文字			
19	火	誕生会					
20	水		スイミング	希望参観④	コラソン	コラソン	
21	木	0歳ベイベー(10:30~)	すみれ組 ハッピールーム	ハッピールーム		親子スイミング	
22	金	赤い羽根共同募金					
23	土	勤労感謝の日					
24	日						
25	月		チャレンジクラブ	さくら組 美術			
26	火	命の話	命の話	スイミング	リトミック	リトミック	
27	水	1時間短縮保育(防災訓練)	※おにぎり2個持参・汁物が出ます。			認定により おにぎり持参・給食	給食
28	木	1.2歳ベイベー(10:30~)					
29	金			たんぼぼ組 美術			
30	土	年少・劇遊び会			劇遊び会		

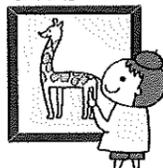
★ 12月の予定 ★

2日:チャレンジ参観(年長) 4日:誕生会 7日:元気のもり(クリスマスリース作り)  
 11日:1時間短縮保育(避難訓練) 14日:年中劇遊び会 16日:チャレンジ参観(年長) 17日:クリスマス会  
 18日:年長スイミング 16日~19日:希望面談 19日:半日保育 20日:終業式(半日保育)  
 30日~1月2日:年末年始休園  
 ※予定が変更になる場合は追ってお知らせいたします。

# 11月 ようちえんのおべんとう

れいわ7ねん

★仕入れ材料の都合による献立の変更はご了承下さい。

<p>3 げつ</p> <p><b>ぶんかのひ</b></p> 	<p>4 か</p> <p>ケチャップハンバーグ コーンソテー トマトさつま ベーコンと あおなのソテー フルーツ <b>あげパン</b></p> <p>369kcal/10.1g</p>	<p>5 すい</p> <p>きのこストロガノフ タラモサラダ エビフリッター</p> <p>フルーツ <b>しろごはん</b></p> <p>410kcal/9.4g</p>	<p>6 もく</p> <p>チキンステーキ マカロニソテー はるさめサラダ ハムステーキ</p> <p>フルーツ <b>おにぎり</b></p> <p>409kcal/11.0g</p>	<p>7 きん</p> <p>おこのみやき やきそば あおなのあえもの あつやきたまご カニカマ フルーツ <b>しろごはん</b></p> <p>404kcal/9.3g</p>
<p>10 げつ</p> <p>にくじゃが やさいの しおこんぶあえ だいでずナゲット</p> <p>フルーツ <b>しろごはん</b></p> <p>408kcal/10.5g</p>	<p>11 か</p> <p>ささみチーズフライ ハムステーキ ケチャップマカロニ キャベツのあえもの にくだんご フルーツ <b>しろごはん</b></p> <p>438kcal/11.3g</p>	<p>12 すい</p> <p>チキンなんばん ゆでキャベツ にんじんしりしり ふかしいも</p> <p>フルーツ <b>しろごはん</b></p> <p>425kcal/10.4g</p>	<p>13 もく</p> <p>とりにくのからあげ やきそば あつやきたまご タコウイナー ブロッコリー フルーツ <b>きなこあげパン</b></p> <p>347kcal/10.8g</p>	<p>14 きん</p> <p>エンゼルカレー とんかつ ケチャップハンバーグ ★えだまめと コーンのソテー フルーツポンチ <b>しろごはん</b></p> <p>428kcal/11.5g</p>
<p>17 げつ</p> <p>とりにくのからあげ エンゼルナポリタン ちぐさやき だいくんグラッセ にんじんさつま フルーツ <b>あげパン</b></p> <p>363kcal/9.5g</p>	<p>18 か</p> <p>ハッシュドポーク ソーセージ コーングラッセ ちくわのいそべてん</p> <p>フルーツ <b>しろごはん</b></p> <p>423kcal/13.3g</p>	<p>19 すい</p> <p>てりやきハンバーグ にくやさしいため ホイールマカロニサラダ ほしがたハムステーキ</p> <p>フルーツ <b>どうぶパン/コロケ</b></p> <p>369kcal/10.7g</p>	<p>20 もく</p> <p>プルコギふういため ソースカツ こふきいも ヤングコーン</p> <p>フルーツ <b>しろごはん</b></p> <p>404kcal/11.7g</p>	<p>21 きん</p> <p>チキンカツ トマトスパ ふゆやさいの クリームに</p> <p>フルーツ <b>しろごはん</b></p> <p>434kcal/11.8g</p>
<p>24 げつ</p> <p><b>ふりかえきゅうじつ</b></p> 	<p>25 か</p> <p>コーンコロケ やきビーフン ごもくまめに モロッコいんげん ウイナー フルーツ <b>うさぎのりごはん</b></p> <p>405kcal/9.9g</p>	<p>26 すい</p> <p>メンチカツ とりにくのからあげ マカロニサラダ ブロッコリー</p> <p>フルーツ <b>きなこあげパン</b></p> <p>365kcal/10.8g</p>	<p>27 もく</p> <p>ポークカレー コーンソテー ひとくちささみ チーズカツ にんじんに フルーツ <b>しろごはん</b></p> <p>409kcal/9.8g</p>	<p>28 きん</p> <p>ケチャップハンバーグ くるくるマカロニソテー やさいのごまあえ アンパンマンポテト はながたしんじょうに フルーツ <b>ショコラロール</b></p> <p>328kcal/9.3g</p>

☆魚料理は極力骨を取っていますが、気を付けて召し上がってください。

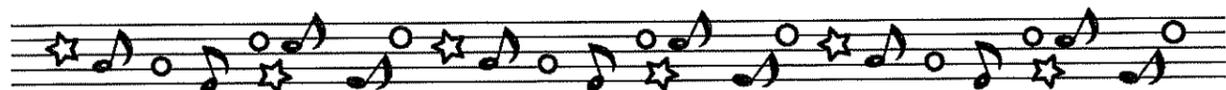
☆迷子のスプーン・フォークが増えています。みんなのかわいいスプーンやフォークには園名とお名前を記入を必ずお願い致します！

☆練り物(さつま揚げ、ちくわ、はんぺんなど)の中に見られる黒や赤、または黄色の点や線状のものは、魚皮ですのでご安心してお召し上がりいただけます。

☆おにぎりを食べる時はしっかりと手を洗いましょう！！

☆唐揚げ・チキンステーキ等の鶏肉において、肉の成分の反応により加熱後でも赤みが残る場合があります。また、飼育時の打ち身や玉葱等野菜の成分によるものもあります。気になる場合はご連絡ください。

※メニューに★印がついているおかずは、誤嚥が無いよう、気をつけてお召し上がりください。





**おすすめメニュー**  
11月11日(火) チーズの日  
日本人とチーズの出会いが飛鳥時代にさかのぼります。当時は「蘇」と呼ばれていました。当時のことを記した右官史記の一節に「十月文武天皇が使いをつかわし、蘇をつくらしむ」と、蘇に関する記述が初めて登場しました。旧暦10月に相当する現在の11月、そして同じ数字で覚えやすい11日が「チーズの日」になりました。

# がっのおべんとうメニュー

**げつようび**

**3**

**ぶんかのひ**

**かようび**

**4**

ケチャップハンバーグ  
コーンソテー  
トマトさつま  
ベーコンと  
あおなのソテー  
フルーツ  
おげパン

\*エネルギー 369 kcal  
\*タンパク質 10.1 g  
\*脂質 11.3 g  
\*塩分 1.6 g

**すいようび**

**5**

きのこストロガノフ  
タラモサラダ  
エビフリッター  
フルーツ  
しろごはん

\*エネルギー 410 kcal  
\*タンパク質 9.4 g  
\*脂質 12.1 g  
\*塩分 1.6 g

**もくようび**

**6**

チキンステーキ  
マカロニソテー  
はるさめサラダ  
ハムステーキ  
フルーツ  
おにぎり

\*エネルギー 409 kcal  
\*タンパク質 11.0 g  
\*脂質 11.9 g  
\*塩分 1.2 g

**きんようび**

**7**

おこのみやき  
やきそば  
あおなのあえもの  
あつやきたまご  
カニカマ  
フルーツ  
しろごはん

\*エネルギー 404 kcal  
\*タンパク質 9.3 g  
\*脂質 9.0 g  
\*塩分 1.6 g

**10**

にくじゃが  
やさしい  
しおこんぶあえ  
だいずナゲット  
フルーツ  
しろごはん

\*エネルギー 408 kcal  
\*タンパク質 10.5 g  
\*脂質 10.5 g  
\*塩分 1.3 g

**11**

ささみチーズフライ  
ハムステーキ  
ケチャップマカロニ  
キャベツのあえもの  
にくだんご  
フルーツ  
しろごはん

\*エネルギー 438 kcal  
\*タンパク質 11.3 g  
\*脂質 11.8 g  
\*塩分 1.7 g

**12**

チキンなんぼん  
ゆでキャベツ  
にんじんしりしり  
ふかしも  
フルーツ  
しろごはん

\*エネルギー 425 kcal  
\*タンパク質 10.4 g  
\*脂質 13.9 g  
\*塩分 1.1 g

**13**

とりにくのからあげ  
やさしい  
あつやきたまご  
タコウィンナー  
ブロッコリー  
フルーツ  
きなこあげパン

\*エネルギー 347 kcal  
\*タンパク質 10.8 g  
\*脂質 14.0 g  
\*塩分 1.6 g

**14**

エンゼルカレー  
とんかつ  
ケチャップハンバーグ  
えだまめと  
コーンのソテー  
フルーツポンチ  
しろごはん

\*エネルギー 428 kcal  
\*タンパク質 11.5 g  
\*脂質 11.0 g  
\*塩分 1.7 g

**17**

とりにくのからあげ  
エンゼルナポリタン  
ちくさやき  
だいこんグラッセ  
にんじんさつま  
フルーツ  
おげパン

\*エネルギー 363 kcal  
\*タンパク質 9.5 g  
\*脂質 15.1 g  
\*塩分 1.6 g

**18**

ハッシュドポーク  
ソーセージ  
コーングラッセ  
ちくわのいそべてん  
フルーツ  
しろごはん

\*エネルギー 423 kcal  
\*タンパク質 13.3 g  
\*脂質 10.9 g  
\*塩分 1.4 g

**19**

てりやきハンバーグ  
にくやさしいため  
ホイールマカロニサラダ  
ほしがたハムステーキ  
フルーツ  
とうふパン/コロケ

\*エネルギー 369 kcal  
\*タンパク質 10.7 g  
\*脂質 18.8 g  
\*塩分 1.7 g

**20**

ブルコギふういため  
ソースカツ  
こふかしも  
ヤングコーン  
フルーツ  
しろごはん

\*エネルギー 404 kcal  
\*タンパク質 11.7 g  
\*脂質 10.8 g  
\*塩分 1.3 g

**21**

チキンカツ  
トマトスバ  
ふゆやさしいの  
クリームに  
フルーツ  
しろごはん

\*エネルギー 434 kcal  
\*タンパク質 11.8 g  
\*脂質 10.2 g  
\*塩分 1.7 g

**24**

**ふりかえきゅうじつ**

**25**

コーンコロケ  
やきビーフン  
ごもくまめに  
モロッコいんげん  
ウィンナー  
フルーツ  
うさぎのりごはん

\*エネルギー 405 kcal  
\*タンパク質 9.9 g  
\*脂質 10.4 g  
\*塩分 1.5 g

**26**

メンチカツ  
とりにくのからあげ  
マカロニサラダ  
ブロッコリー  
フルーツ  
きなこあげパン

\*エネルギー 365 kcal  
\*タンパク質 10.8 g  
\*脂質 15.7 g  
\*塩分 1.2 g

**27**

ポークカレー  
コーンソテー  
ひとくちささみ  
チーズカツ  
にんじんに  
フルーツ  
しろごはん

\*エネルギー 409 kcal  
\*タンパク質 9.8 g  
\*脂質 9.4 g  
\*塩分 1.7 g

**28**

ケチャップハンバーグ  
くるくるマカロニソテー  
やさしいごまあえ  
アンパンマンポテト  
はながたしんじょうに  
フルーツ  
ショコラロール

\*エネルギー 328 kcal  
\*タンパク質 9.3 g  
\*脂質 14.3 g  
\*塩分 1.7 g

**ひとくちメモ**

**11月24日は【和食の日】**  
「いい日本食」の語呂合わせで11月24日になりました。また和食はユネスコ無形文化遺産に登録されています。国土が南北に長く、四季のある日本は、季節の食材を使用して、彩り豊かに盛り付け、おもてなしの心で料理を提供する特徴があります。和食の特徴は4つあります。①新鮮な食材を生かすいろいろな技 ②健康的な食生活を支える栄養バランス ③季節を楽しむ飾りつけやおもてなし ④絆を育む年中行事との深い関わり の4つです。





# 令和7年11月みつばちぐみきゅうしょく



月	火	水	木	金	土
					1 わかめうどん さつまいもの甘煮 みかんの缶詰  236kcal/5.0g
3	4 ハンバーグ いんげんとソーセージのソテー ごはん ほうれん草のスープ バナナ  kcal/g 369kcal/11.0g	5 タラの煮魚 野菜の塩昆布和え ごはん 玉ねぎと豚ひき肉の味噌汁 パインの缶詰  311kcal/16.4g	6 鶏そぼろともやし丼 マカロニのソテー わかめの味噌汁 バナナ  371kcal/13.4g	7 ポークカレー ほうれん草とソーセージのソテー ごはん 白桃の缶詰  359kcal/8.7g	8 豚丼 おふの味噌汁 みかんの缶詰  318kcal/10.0g
10 肉団子の野菜あんかけ 青菜のごま和え ごはん わかめと油揚げの味噌汁 黄桃の缶詰  358kcal/11.3g	11 煮魚 ほうれん草とコーンのソテー ごはん 玉ねぎと豚ひき肉の味噌汁 オレンジ  308kcal/14.7g	12 麻婆豆腐 はるさめサラダ ごはん 小松菜の味噌汁 パインの缶詰  387kcal/10.8g	13 厚揚げ入りホイコーロー ブロッコリーの中華和え ごはん おふの味噌汁 バナナ  357kcal/11.9g	14 肉じゃが ブロッコリーのマヨネーズ和え ごはん 玉ねぎの味噌汁 白桃の缶詰  321kcal/8.7g	15 ナポリタン フライドポテト (コンソメ) オニオンスープ みかんの缶詰  300kcal/8.3g
17 和風ハンバーグ コールスローサラダ ごはん おふの味噌汁 パインの缶詰  390kcal/10.2g	18 肉野菜炒め さつまいもの甘煮 ごはん わかめの味噌汁 バナナ  375kcal/10.4g	19 スパゲッティミートソース フライドポテト (コンソメ) ポトフ風スープ 白桃の缶詰  305kcal/9.3g	20 豚肉とさつまいもの甘辛和え ひじきの煮物 ごはん 大根の味噌汁 バナナ  395kcal/10.4g	21 鶏肉じゃが いんげんのごま和え ごはん すまし汁 黄桃の缶詰  325kcal/10.1g	22 たぬきうどん 肉団子煮 みかんの缶詰  262kcal/7.1g
24	25 照り焼きハンバーグ ブロッコリーのマヨネーズ和え ごはん オニオンスープ オレンジ  kcal/g 355kcal/10.6g	26 タラの味噌煮 野菜と油揚げのおかか和え ごはん 玉ねぎと豚ひき肉の味噌汁 パインの缶詰  317kcal/15.0g	27 肉団子の野菜あんかけ ツナサラダ ごはん もやしの味噌汁 バナナ  398kcal/10.5g	28 チキンカレー ほうれん草とコーンのソテー ごはん 白桃の缶詰  335kcal/8.2g	29 こぎつねうどん ブロッコリーのおかか和え みかんの缶詰  213kcal/7.1g

肌寒い日が増え、秋があっという間に過ぎてしまいそうですね。これからはあたたかいものや冬野菜がおいしい季節になります。体の温まる根菜類を食べ、睡眠を十分にとって、寒さに負けない体づくりをしていきましょう。

※献立は、卵・乳が不使用の献立となっております。また仕入れ食材による献立変更がある場合は事前にお伝えいたします。

カロリー量とタンパク質量は (kcal/g) で表記しております。