

# 11がつのこんだてひよ



2025年 伊波野保育園

月	火	水	木	金	土
					1 青のりトースト
					
					果物
3 文化の日	4 果物	5 焼きかぼちゃ	6 大豆きな粉	7 シュガートースト	8 果物
	ごはん 鮭のレモン甘酢 五目おから 揚げのみそ汁	空弁当の日 もみじごはん タンドリーチキン ブロッコリーサラダ・果物 高野豆腐の煮物	ごはん 鶏つくねのケチャップ和え ほうれん草の香り和え 玉ねぎのみそ汁	ごはん さつま揚げ 肉じゃが チンゲン菜のスープ	
	そぼろおにぎり	サンドイッチ	フルーツゼリー	いちご蒸しパン	果物
10 手作り弁当の日	11 米粉のパンケーキ	12 青のりポテト	13 果物・いりこ	14 きな粉マカロニ	15 果物
	塩こんぶごはん 魚の青じそ焼き 和風根葉サラダ 豆乳ぶた汁 果物	ごはん 豚のさっぱり焼き ねばねば和え えのきのすまし汁	ゆかりごはん 魚のごまみそ焼き かぼちゃのそぼろ煮 コンソメスープ	ごはん マーぼー春雨 りっちゃんの元気サラダ なめこ汁 果物	
豆乳ヨーグルト	黒ごまドーナツ	ラスク	みたらしだんご	大学芋	クッキー
17 黒豆の煮物	18 果物・いりこ	19 スティック野菜	20 米粉パンラスク	21 果物	22 蒸しパン
五目おこわ 鶏のから揚げ お祝いなます 小松菜のみそ汁 果物	中華丼 じゃがいものたらこ和え 即席漬け	ごはん サバの香味焼き ひじきの炒り煮 ちゃんこ鍋風	ごはん すき焼き風煮 レタスののり和え かぶのみそ汁 果物	ごはん 魚の竜田揚げ 納豆スパゲティーサラダ しじみ汁	
秋の実りケーキ	焼きココアボール	みそ五平もち	りんごスコーン	お好み焼き	果物
24 振替休日	25 大豆の甘煮	26 果物	27 お麩ラスク	28 さつまいもの甘がらめ	29 きな粉マカロニ
	ごはん 秋鮭のつくね 豚と大根の煮物 わかめのみそ汁 果物	さつまいもごはん 豚のバーベキューソース焼き 青菜のナムル 豆腐のみそ汁	ごはん 魚のかば焼き風 子ぎつね和え ポトフ	焼きそば 鶏のみそ焼き カリフラワーのサラダ 果物	
	野菜マフィン	豆乳もち	まっ黒くろすけおにぎり	生クリームサンド	果物

