

令和7年11月の献立

扶桑幼稚園

日 付	献 立	カロリー
3(月)	文化の日	
4(火)	ごはん とんかつ 玉子とじ 蓮根きんぴら炒め 絹厚揚げ煮 人参はんぺい ほうれん草おひたし 大福餅	425Kcal
5(水)	〈お弁当の日〉	
6(木)	ごはん 野菜焼そば ミニオムレツ 餃子フライ 五目大豆煮 甘えんどう 海藻サラダ みかん	426Kcal
7(金)	ごはん 棒々鶏 いか野菜カツ たこウィンナー 細切昆布煮 むき枝豆そぼろ炒め パイナップル	400Kcal
10(月)	ごはん クリームグラタン チキンナゲット 焼き芋 ジャが芋ケチャップ炒め 人参ソテー ブロッコリー グレープフルーツ	441Kcal
11(火)	ごはん ハンバーグトマトソース ハッシュポテト 人参煮 けんちん煮 スパゲティー ポテトサラダ きぬさや カスタードプチケーキ	429Kcal
12(水)	〈お弁当の日〉	
13(木)	ごはん ビーフポトフ(鶏団子 ジャが芋 粗挽きウィンナー 人参) ブロッコリー 野菜コロッケ マカロニサラダ 黄桃	379Kcal
14(金)	誕生会 うどん かき揚げ オレンジゼリー	489Kcal
17(月)	ごはん 酢豚風煮 野菜春巻き 甘酢肉団子 餃子 卵の花 きぬさや プリン	430Kcal
18(火)	ごはん 鶏天ぷら いか天ぷら 玉子焼き 切干大根煮 薩摩芋サラダ そら豆 みかん	389Kcal
19(水)	〈お弁当の日〉	
20(木)	ごはん 白身・帆立風味フライ(ソース) イタリアンスパゲティー かぼちゃ煮 筑前煮 牛蒡サラダ パイナップル	422Kcal
21(金)	県民の日学校ホリデー	
24(月)	振替休日	
25(火)	ごはん 若鶏の唐揚げ 肉焼売 回鍋肉 春雨中華サラダ ブロッコリー 杏仁豆腐	422Kcal
26(水)	〈お弁当の日〉	
27(木)	ごはん プレーンオムレツ(ハヤシソース) 肉団子 粉ふき芋 牛肉柳川風煮 いんげん和風サラダ みかん	421Kcal
28(金)	ごはん 蟹風味天津 蓮根天ぷら チンジャオロース 青菜おひたし 茹でキャベツ 薩摩芋素揚げ ごま団子	426Kcal

★ 食品材料の入荷の都合上、献立の一部を変更させて頂く場合もありますので、ご了承下さい。

食べ物本来の姿を知る機会を

「魚は開きの姿で泳いでいる」「昆布は畑でとれる」「だいこんやにんじんには葉っぱがない」といった思い込みをしている子どもが増えています。
スーパーで目にする食べ物は、すでに加工されている
場合が多いですが、子どもたちには、野菜や果物の
栽培や収穫などの体験を通して、食べ物本来の姿を見て、
食べ物本来の姿を知ることが、わたしたちが動植物の
「命」をいただいていることを理解するきっかけにもなります。

