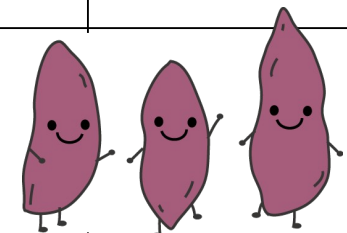


給食メニュー 2025年11月

西宮こもれびキンダーガーデン

月	火	水	木	金	土
					2025. 11. 01
 今月の第3週は、絵本ウィーク！ 子ども達が大好きな絵本『月ようびはなにたべる？』（作：エリック・カール）を給食で体験します。 給食を楽しみながら、絵本の世界をより深く味わいましょう！					カレーライス おろし人参ツナ ヨーグルト 牛乳 果物 玄米おかき ちりめんじゃこ
	2025. 11. 03	2025. 11. 04	2025. 11. 05	2025. 11. 06	2025. 11. 07
休園日	鶏のごま味噌煮丼 味噌汁（人参・玉ねぎ・あおさ） 高野豆腐のツナそぼろ きゅうりスティック梅肉添え バナナヨーグルト	雑穀ごはん 味噌汁（小松菜・玉ねぎ・ごま） 魚の昆布蒸し 洋風切り干し大根 果物 カレーのメープルごま絡め 玄米ゴマせんべい	ごはん 味噌汁（もずく・豆腐・玉ねぎ） 鶏肉の梅味噌煮 ブロッコリーと人参のごま和え わかめ納豆 米粉の和風ケーキ	梅おかかごはん 味噌汁（ほうれん草・人参・ごま） 鮭と大豆とじゃが芋の煮物 ウインナーと人参のきんぴら 玄米おかき ちりめんじゃこ	ごはん 具だくさん豚汁 人参納豆 しらす 果物 ヨーグルト レーズン
	2025. 11. 10	2025. 11. 11	2025. 11. 12	2025. 11. 13	2025. 11. 14
ごはん 味噌汁（豆腐・キャベツ・ごま） 魚の照り焼き いんげんの塩麹ツナ和え しらす海苔納豆 サラダチキン きゅうりスティック	ごはん 味噌汁（ほうれん草・人参・ごま） カレー肉豆腐 ブロッコリーとじゃこのパスタ 果物 ミックスヨーグルト レーズン	雑穀ごはん 野菜スープ 魚のハーブムニエル 大豆ツナサラダ 果物 米粉かぼちゃケーキ	ごはん 味噌汁（さつま芋・玉ねぎ・ごま） 豆腐ハンバーグ 人参胡麻サラダ 梅おかか納豆 ふかし芋 牛乳	ごはん 味噌汁（豆腐・玉ねぎ・あおさ） 魚と野菜塩麹蒸し ワカメとツナの炒め物 金時豆 玄米ゴマせんべい プルーン	カレーライス おろし人参ツナ ヨーグルト 牛乳 果物 玄米ぼん煎餅 ちりめんじゃこ
2025. 11. 17	2025. 11. 18	2025. 11. 19	2025. 11. 20	2025. 11. 21	2025. 11. 22
ごはん 味噌汁（もずく・豆腐・玉ねぎ） 魚の醤油麹焼き 果物 コーン納豆 よもぎ水ようかん ちりめんじゃこ	梅おかかごはん 味噌汁（小松菜・玉ねぎ・ごま） 里芋ひき肉煮物 ワカメとツナの炒め物 きな粉ヨーグルト 果物	雑穀ごはん 味噌汁（かぼちゃ・玉ねぎ・ごま） 鶏の塩麹焼き ひじきの煮物 果物 よもぎ蒸しパン 牛乳	ごはん 味噌汁（ブロッコリー・人参・あおさ） 魚の煮つけ きんぴられんこん わかめ納豆 レーズンりんご煮 玄米ゴマせんべい	さつま芋ごはん 味噌汁（豆腐・キャベツ・ごま） 魚のカレームニエル 果物 玄米ぼん煎餅 ちりめんじゃこ	ごはん 具だくさん豚汁 人参納豆 しらす 果物 ヨーグルト レーズン
2025. 11. 24	2025. 11. 25	2025. 11. 26	2025. 11. 27	2025. 11. 28	2025. 11. 29
休園日	野菜うどん 魚の竜田揚げ 高野豆腐のツナそぼろ 果物 みかんヨーグルト	雑穀ごはん 味噌汁（人参・玉ねぎ・あおさ） 豚肉のリンゴソース煮 ほうれん草のカレー風味炒め 果物 りんごのパウンドケーキ	ごはん 味噌汁（もずく・豆腐・玉ねぎ） 魚の塩麹焼き 豆苗ともやしのベーコン炒め 梅おかか納豆 マカロニきな粉 果物	梅おかかごはん 味噌汁（じゃが芋・玉ねぎ・ごま） 魚のゴマ味噌がけ さつま芋おから煮 南部せんべい	カレーライス おろし人参ツナ ヨーグルト 牛乳 果物 玄米ゴマせんべい ちりめんじゃこ
<今月の予定> 11月21日（金）お料理「さつま芋ごはん」…さつま芋としらすが入った炊き込みご飯をつくります。 11月28日（金）食育「お芋」…お芋の美味しい季節になりました。じゃが芋とさつま芋を見比べます。					



*献立内容が変更になる場合もございます。ご了承ください。