



# 11月予定・献立表

## 2022年度 平戸口社会館

| 日  | 曜日 | 行事  | 12時 副食                                | 3時おやつ          | 10時のおやつ<br>未満児主食   |
|----|----|---|---------------------------------------|----------------|--------------------|
| 1  | 火  | 体育教室  | 豚汁 さつま芋の天ぷら 枝豆 味付のり 果物                | ミルク・菓子         | 牛乳・スティック野菜<br>ごはん  |
| 2  | 水  | お買い物ごっこ   | 麻婆豆腐 キャベツのごま和え 果物<br>かき玉スープ           | お茶・おにぎり        | 牛乳・かみかみこんぶ<br>麦ごはん |
| 4  | 金  | くもん教室   | ししゃものカレー揚げ 人参しりしり 果物<br>かぼちゃスープ       | 牛乳<br>サンドイッチ   | 牛乳・菓子<br>ごはん       |
| 5  | 土  |   | 野菜カレー フルーツヨーグルト 福神漬け<br>チーズかまぼこ       | 牛乳・菓子          | コーンフレーク<br>ごはん     |
| 7  | 月  |   | れんこんバーグ ひじきとさつま芋のサラダ<br>梅ストローネ 果物     | 牛乳<br>ココアちんすこう | 牛乳・果物<br>ゆかりごはん    |
| 8  | 火  |   | お魚を焼こう！                               | ミルク・菓子         | 牛乳・菓子<br>おにぎり      |
| 9  | 水  | 消防パレード<br>(ゆりぐみ)  | 酢鶏 伴三糸 中華スープ 果物<br>ふりかけ               | 牛乳<br>おからクッキー  | 牛乳・いわしせんべい<br>ごはん  |
| 10 | 木  | お茶のお稽古<br>(ゆりぐみ)  | ごぼうつくねの旨煮 マカロニサラダ 納豆<br>みそ汁 果物        | ミロ・パン          | 牛乳・スティック野菜<br>ごはん  |
| 11 | 金  | くもん教室   | 白身魚のごま焼き ポテトサラダ 果物<br>そうめん汁           | 牛乳<br>黒糖ケーキ    | 牛乳・菓子<br>麦ごはん      |
| 12 | 土  |   | とびっきりカレー フルーツサラダ チーズ<br>福神漬け          | 牛乳・菓子          | ゼリー<br>ごはん         |
| 14 | 月  | 災害訓練  | カチャトーラ コールスローサラダ 果物<br>コンソメスープ        | 牛乳<br>豆腐マフィン   | 牛乳・果物<br>わかめごはん    |
| 15 | 火  | 七五三の集い  | ポテトチーズグラタン フレンチサラダ 果物<br>オニオンスープ ふりかけ | ミルク・菓子         | 牛乳・かみかみこんぶ<br>ごはん  |
| 16 | 水  |   | 豆腐の五目揚げ 春雨サラダ みそ汁<br>果物               | お茶<br>ミルクもち    | 牛乳・いわしせんべい<br>麦ごはん |
| 17 | 木  |   | お弁当の日                                 | 牛乳・菓子          | 果汁・菓子              |
| 18 | 金  | お茶のお稽古<br>(ゆりぐみ)  | 黒ゴマ鮭フライ 里芋の白和え すまし汁<br>味付のり 果物        | 牛乳<br>不思議な蒸しパン | 牛乳・菓子<br>ごはん       |
| 19 | 土  |  | わかめうどん フルーツヨーグルト<br>付け合わせ             | 牛乳・菓子          | コーンフレーク<br>ごはん     |
| 21 | 月  |  | 豚カツ かぼちゃサラダ すまし汁 果物                   | お茶・おにぎり        | 牛乳・果物<br>ごはん       |
| 22 | 火  | 勤労感謝訪問  | ベーコンじゃが大根 りんごサラダ 果物<br>みそ汁            | ミルク・菓子         | 牛乳・ステック野菜<br>麦ごはん  |
| 24 | 木  |   | 千草焼き コーンサラダ ペイザンヌスープ<br>果物            | ミルクココア・パン      | 牛乳・菓子<br>わかめごはん    |
| 25 | 金  | 絵画教室  | 鮭のポテトサラダ焼き みそ汁 果物<br>ほうれん草のごま和え       | 牛乳<br>おからあんまん  | 牛乳・かみかみこんぶ<br>ごはん  |
| 26 | 土  | 柔道教室  | シーフードカレー チーズ フルーツサラダ<br>福神漬け          | 牛乳・菓子          | ゼリー<br>ごはん         |
| 28 | 月  |   | 森のきのこクリームスパゲティ 果物<br>わかめサラダ さらっとスープ   | 牛乳<br>さつま芋ドーナツ | 牛乳・果物<br>ゆかりごはん    |
| 29 | 火  | サッカー教室<br>(ゆり・ももぐみ)   | 切り干し大根のまん丸がんも 果物<br>ビーフンサラダ みそ汁       | ミルク・菓子         | 牛乳・スティック野菜<br>ごはん  |
| 30 | 水  |   | かぼちゃの中国煮 りんご納豆 みそ汁<br>果物              | 牛乳<br>ごまごまプチパン | 牛乳・菓子<br>ごはん       |

12月の  
予定



10日 クリスマスおゆうぎかい    15日 お弁当の日  
22日 クリスマスパーティ    26日 体育教室

