

11月予定献立表

葛飾区上平井保育園



曜	日付	メニュー	主 な 材 料		
			熱や力になるもの	血や肉になるもの	体の調子をととのえるもの
木	7	豆腐とツナのせごはん 南 瓜 の そ ぼ ろ 煮 味噌汁 果物	胚芽精米 サラダ油 砂糖 片栗粉	豆腐 ツナ缶 鶏ひき肉 みそ	にんじん たまねぎ えのきたけ 青ねぎ かぼちゃ チンゲンサイ わかめ 長ねぎ みかん
和食の日 メニュー 金	22	ごはん 魚の照焼 さつま芋のレモン煮 五目きんぴら 菊花汁 果物	米 砂糖 サラダ油 さつま芋 しらたき ごま油	さけ 豆腐	国産レモン ごぼう にんじん れんこん 刻み昆布 ほうれんそう きく みかん

*この献立表は区内公立保育園統一の予定表です。行事その他の都合により、内容を変更することがありますのでご了承ください。