

# 令和7年度 11月の給食だより

日が暮れるのも早くなり、朝・夕は気温が下がってきました。寒暖差が大きく体調管理が難しい季節です。元気に過ごすためには免疫力を高めることが大切です。旬の食べ物を摂り、たくさん体を動かして規則正しい生活を送りましょう。



【材料】24個分  
・冷凍パイシート(10cm×18cm) 4枚  
・お好みのジャム 適量  
・粉砂糖 適量

- 【作り方】
- 1、パイシートを冷凍庫から出し、少し柔らかくなったら6等分に切ります。
- 2、正方形の四隅から中央に向かってナイフで斜めに切り込みを入れます。真ん中に向かって風車の形を作るように折りたたみ、重なり合う部分を指で押さえます。
- 3、クッキングシートを敷いたオーブンプレートに並べて、形を作ったパイシート of 真ん中に少量のジャムをスプーンなどを使い置きます。
- 4、180℃に予熱しておいたオーブンで15分から20分程焼きます。(オーブンによって焼き時間は多少前後します)

◆◆◆クッキングのお知らせ◆◆◆

今月18日(火)に年中組、年少組はクッキー作りを予定しています。準備物はエプロン・三角巾・マスクを忘れないように用意のほどよろしくお願いいたします。

## 11月の献立予定表

日	曜	未満児のおやつ	副 食	3時のおやつ
1	土	牛乳 丸ボーロ	親子丼	牛乳      おかし
4	火	牛乳 クラッカー	のっぺ汁      切干大根のサッパリ和え いりこふりかけ	牛乳 ピザ
5	水	牛乳 クッキー	肉じゃが      にゅう麺      みかん	牛乳 かりんとう
6	木	牛乳 せんべい	白身魚の蒲焼き      和風サラダ なめこのみそ汁	牛乳 焼き芋
7	金	牛乳 りんご	野菜ラーメン      南瓜のそぼろ煮	麦茶 海苔おにぎり
8	土	牛乳 衛生ボーロ	(保育参観) パン      バナナ	牛乳      おかし
10	月	牛乳 リッツ	鶏肉の揚げおろし煮   玉ねぎのみそ汁 キャベツの昆布和え	牛乳 きな粉お麩ラスク
11	火	牛乳 ウエハース	大豆の五目煮      ツナサラダ きのこのすまし汁      いりこふりかけ	牛乳 ひじき入り野菜ポッキー
12	水	牛乳 丸ボーロ	豚レバーの甘辛煮      ワカメの酢の物 かき玉汁	牛乳 じゃが芋のガレット
13	木	牛乳 クラッカー	白身魚の香味焼き      豆腐のみそ汁 ほうれん草のゴマ和え	麦茶 みかんヨーグルト
14	金	牛乳 バナナ	三色混ぜご飯      スパゲティサラダ 野菜スープ	牛乳 スティッククッキー
15	土	牛乳 クッキー	中華丼	牛乳      おかし
17	月	牛乳 せんべい	さつまい      大根の煮なます いりこふりかけ	牛乳 おからナゲット
18	火	牛乳 衛生ボーロ	筑前煮      ワカメ汁 小松菜ともやしのおかか和え	牛乳 三色クッキー
19	水	牛乳 リッツ	お誕生会      (お子様ランチ)	牛乳 プリンアラモード
20	木	牛乳 ウエハース	親子丼 ブロッコリーのゴママヨサラダ	牛乳 カレー蒸しパン
21	金	牛乳 みかん缶	白身魚のマヨネーズ焼き 春雨の酢の物      ニラ玉スープ	牛乳 大豆入りせんべい
22	土	牛乳 丸ボーロ	カレーライス	牛乳      おかし
25	火	牛乳 クラッカー	豚肉と大根のみそ煮      もずく汁 いりこふりかけ	牛乳 スイートポテト
26	水	牛乳 クッキー	つみれみそ汁      炒り鶏      昆布納豆	牛乳 ヨウルトルトゥ 
27	木	牛乳 せんべい	豆腐ハンバーグ      フルーツサラダ オニオンスープ	牛乳 カップケーキ
28	金	牛乳 りんご	タンタンメン      中華サラダ	麦茶 たぬきおにぎり
29	土	牛乳 衛生ボーロ	マーボー丼	牛乳      おかし

★お誕生会：ワカメご飯 鶏肉の唐揚げネギソース和え  
マカロニサラダ ヨーンスープ 飲むヨーグルト