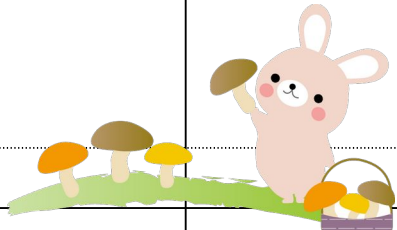


給食メニュー 2026年11月

西宮こもれびキンダーガーデン

月	火	水	木	金	土
2026.11.02	2026.11.03	2026.11.04	2026.11.05	2026.11.06	2026.11.07
ごはん 味噌汁（豆腐・キャベツ・ごま） 魚の昆布蒸し 洋風切り干し大根 コーン納豆 お誕生日ケーキ	休園日	雑穀ごはん 味噌汁（小松菜・玉ねぎ・ごま） 魚のカレームニエル 大豆ツナサラダ たくあん バナナヨーグルト	ごはん 味噌汁（かぼちゃ・しいたけ・ごま） 魚のおろし煮 ブロッコリーと人参のごま和え わかめ納豆 ふかし芋 牛乳	きつねうどん 筑前煮 きゅうりスティック梅肉添え 果物 玄米ゴマせんべい	カレーライス おろし人参ツナ ヨーグルト 牛乳 果物 玄米おかき ちりめんじゃこ
2026.11.09		2026.11.10	2026.11.11	2026.11.12	2026.11.13
ごはん 味噌汁（しいたけ・玉ねぎ・あおさ） 魚のおろしポン酢 人参とピーマンのきんぴら しらす海苔納豆 醤油せんべい	鶏のごま味噌煮丼 味噌汁（もずく・豆腐・玉ねぎ） 魚の塩焼き 果物 お誕生日ケーキ	雑穀ごはん 味噌汁（ほうれん草・人参・ごま） 鶏の塩麹焼き ひじきの煮物 しらす フルーツヨーグルト	ごはん 味噌汁（にら・えのき・ごま） 魚のしょうが煮 しらすとよもぎの粉ふき芋 梅おかか納豆 ホットケーキ レーズン	ごはん わかめとコーンのスープ 豚肉のリングソース煮 ほうれん草のカレー風味炒め 梨 玄米おかき 柿	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
2026.11.16	2026.11.17	2026.11.18	2026.11.19	2026.11.20	2026.11.21
ごはん 味噌汁（もやし・油揚げ・ごま） 魚の照り焼き ほうれん草とツナの塩昆布和え コーン納豆 レーズンりんご煮 焼塩せんべい	梅おかかごはん 味噌汁（豆腐・玉ねぎ・あおさ） 里芋ひき肉煮物 人参しりしり しらす みかんヨーグルト プルーン	雑穀ごはん 味噌汁（ほうれん草・人参・わかめ） 鮭と大豆とじゃが芋の煮物 ワカメとツナの炒め物 果物 米粉かぼちゃケーキ 牛乳	ごはん 味噌汁（小松菜・玉ねぎ・ごま） 魚のソテー味噌ソース 果物 キャベツ納豆 よもぎ米粉クッキー レーズン	ツナと塩昆布の炊き込みご飯 味噌汁（さつま芋・しめじ・ごま） 高野豆腐と梅おかかチャンプル ブロッコリーと人参のごま和え 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 玄米ぼん煎餅 ちりめんじゃこ
2026.11.23	2026.11.24	2026.11.25	2026.11.26	2026.11.27	2026.11.28
休園日	梅おかかごはん 味噌汁（もずく・えのき・ごま） 豆腐ハンバーグ 人参胡麻サラダ しらす きな粉ヨーグルト 果物	雑穀ごはん 味噌汁（ブロッコリー・人参・あおさ） 魚の塩麹焼き ウインナーと人参のきんぴら 果物 がっチャのメープルごま絡め 玄米ゴマせんべい	ごはん 味噌汁（豆腐・キャベツ・ごま） 魚の煮つけ かぼちゃ胡麻和え 大根納豆 寒天人参オレンジゼリー 焼塩せんべい	野菜うどん 魚の竜田揚げ さつま芋おから煮 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
	2026.11.30				
ごはん 味噌汁（ほうれん草・人参・ごぼう） 鶏じゃがよもぎ風味 豆苗ともやしのベーコン炒め 梅おかか納豆 サラダチキン きゅうりスティック					
絵本『きょうのおやつはなんだろな？』の中の食べ物が、 木曜日のおやつに登場します。 おやつを楽しみながら絵本の世界をより深く味わいましょう！					

<今月の予定>

11月13日（金）食育「果物」…秋の果物、柿・梨・りんごを見比べます。

11月20日（金）お料理「さつま芋ときのこの味噌汁」…秋の味覚、さつま芋としめじのお味噌汁をつくります。



*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。