

2017年 11月～初期～

日付	曜	材料と体内での主なはたらき		
		血や肉となる食べ物	力や熱となる食物	体の調子を整える食物
1	水	絹ごし豆腐	米	冬瓜 人参
2	木			
3	金			
4	土	柿	米	キャベツ 胡瓜
5	日			
6	月	絹ごし豆腐	米 片栗粉	胡瓜 大根
7	火	キノコ	米	西洋南瓜 りんご
8	水	柿	米 片栗粉	大根 木の葉
9	木	絹ごし豆腐	米 片栗粉	人参 胡瓜 白菜
10	金	鮭	米	キャベツ
11	土	絹ごし豆腐	米 片栗粉	人参 パパ
12	日			
13	月	絹ごし豆腐	米	小松菜 人参
14	火	キノコ	米	西洋南瓜
15	水	絹ごし豆腐	米	クリ-ム-ソ 人参 玉葱 ビ-マ
16	木	鮭	米	キャベツ
17	金	絹ごし豆腐	米 片栗粉	トマト 白菜
18	土	キノコ	米	人参 胡瓜
19	日			
20	月	絹ごし豆腐	米 片栗粉 ジャがいも	トマト キャベツ
21	火	柿	米 片栗粉	人参 木の葉
22	水	絹ごし豆腐	米	人参
23	木			
24	金	絹ごし豆腐	米 ジャがいも	人参
25	土	柿	米 ジャがいも	人参 玉葱 キャベツ
26	日			
27	月	絹ごし豆腐	米	ミニトマト 小松菜
28	火	柿	米	西洋南瓜
29	水	絹ごし豆腐	米	人参 キャベツ
30	木	柿	米	西洋南瓜 冬瓜 ブロッコリー

☆保育所の行事、材料等の都合により献立を変更することがあります。また、月齢に応じて食材、調理形態を変更することがあります。