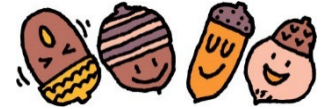


11月分給食献立表



みどりの保育園
2024年10月31日

日	曜	昼 食	未満児 朝のおやつ	午後のおやつ
1	金	焼きそば 豆サラダ スープ 果物	牛乳	牛乳 クッキー
2	土	三色丼 サラダ 麦茶 果物		牛乳 おせんべい
4	月	振替休日		
5	火	やきとり丼 根菜のマヨごまサラダ 味噌汁 果物	牛乳	牛乳 チーズドッグ
6	水	豚肉の西京焼き マセドアンサラダ 味噌汁 果物	ヨーグルト	牛乳 きな粉むしばん
7	木	ヤンニョムチキン風 チョレギサラダ スープ 果物	牛乳	牛乳 ホットサンド
8	金	白身魚の野菜あんかけ トマト 味噌汁 果物	牛乳	牛乳 ドーナツ
9	土	鶏肉のさっぱり煮 サラダ 味噌汁 果物		牛乳 クッキー
11	月	ナポリタン グリーンサラダ 麦茶 果物	牛乳	牛乳 カステラ
12	火	チーズハンバーグ トマトサラダ 南瓜豆乳スープ 果物	牛乳	牛乳 ポップコーン
13	水	さつまいもごはん 鯖の塩焼き ごまあえ 味噌汁 果物	牛乳	牛乳 チーズと塩昆布おにぎり
14	木	ハヤシライス コーンサラダ 麦茶 果物	牛乳	ゼリー ウエハース
15	金	お赤飯 唐揚げ スパサラ 味噌汁 果物	ヨーグルト	牛乳 さつま芋のカップケーキ
16	土	おにぎり 卵焼き サラダ 麦茶 果物		牛乳 サブレ
18	月	筑前煮 納豆和え 味噌汁 果物	牛乳	牛乳 今川焼き
19	火	パン 鶏肉とかぶのクリーム煮 ベーコンサラダ 麦茶 果物	牛乳	牛乳 ビスコ
20	水	きのこごはん 鮭の塩焼き かぶとツナのマヨサラダ 豚汁 果物	ヨーグルト	牛乳 パイ
21	木	ヒレカツ 茹で野菜 すまし汁 果物	牛乳	フルーツヨーグルト
22	金	牛丼 中華風春雨サラダ 味噌汁 果物	牛乳	牛乳 おせんべい
23	土	勤労感謝の日		
25	月	スペイン風オムレツ ブロッコリーのサラダ スープ 果物	牛乳	ジュース クラッカー
26	火	けんちんうどん のり塩れんこん 果物	ヨーグルト	牛乳 鮭おにぎり
27	水	ひじきごはん ちゃんこ鍋 スティック胡瓜 果物	牛乳	牛乳 ロールケーキ
28	木	カレー わかめサラダ 麦茶 果物	牛乳	牛乳 チーズむしばん
29	金	お弁当の日		
30	土	肉野菜炒め スティック胡瓜 味噌汁 果物	牛乳	牛乳 パナナのココアマフィン

給食だより

子どもと新米をたいてみよう

ごはんは食事の主食で米を炊くのはシンプルな調理でお手伝いにおすすめです。ボウルの中にご飯を入れ、その中に米を入れて、水を加え軽くかき混ぜます。その後は【グルグルギュッ】と、手のひらで研ぐ手本を見せます。お鍋で炊く様子を見せても楽しいですね。

食べ物本来の姿を知る機会を

スーパーでは加工されている場合が多いですが、子どもたちには、野菜や果物の栽培や収穫などの体験を通して、食べ物本来の姿を見て、触れて、食べる機会を与えたいですね。食べ物本来の姿を知ることは、動植物の【命】をいただいていることを理解するきっかけにもなります。

