

10月 給食だより

いおうほいくえん

10月の目標 秋の味覚を味わおう

いよいよ秋も本番ですね！！秋は「スポーツの秋」「読書の秋」と言われるように何をするにもよい季節です。そして何といても「食欲の秋」「実りの秋」♪この時期は美味しい食べ物がたくさん出回ります。今が旬のおいしい秋の食材を食べ、運動もしっかりして、元気な体を作りましょう。

給食風景をおとどけします♪

給食時間に尋ねてみると...
「見てみて！全部食べたよ！」と笑顔で空っぽのお茶碗を見せてくれます。子どもたちからの言葉、嬉しいですね♪

おしらせ

★10月8日(火)にひまわり・ぼら組さんがクッキングをします。
エプロン・三角巾の準備をよろしくお願いいたします。

★10月30日(水)は秋の遠足です♪
お弁当の準備をお願いします。量はちょっと少なめにしてあげましょう。
「全部食べた！」という達成感を子どもたちが味わうことが大切で、自信にもつながります。

10月給食予定表

日	曜	献立	9時おやつ	3時おやつ
1	火	タンドリーチキン・きゅうりの変わり漬け・すまし汁・パイン缶 	ソーセージ	★マシュマロサンド
2	水	鮭のポテト焼き・梅納豆・そうめんの味噌汁・バナナ	ハーベスト	★プリンアラモード
3	木	豚肉のオーロラ揚げ・チョレギサラダ・卵スープ・みかん缶	りんご	★チーズサブレ
4	金	赤魚のムニエル・もやしのナムル・きのこのお吸い物・キウイ	カルシウムせんべい	★ラスク
5	土	運動会 		
7	月	ビビンバ風炒め・グリーンサラダ・わかめの味噌汁・黄桃缶	鉄ウエハース	★マカロニあべかわ
8	火	ハヤシライス・ブロッコリーのおかか和え・トマト・バナナ	ヨーグルト	★手作りパン
9	水	鶏つくね・春雨サラダ・豆乳汁・パイン缶	カルシウムウエハース	★ちんすこう
10	木	鯖の煮付け・カリカリ納豆・中華スープ・りんご	バナナ	★イチゴ蒸しパン
11	金	炊き込みご飯・コロケ・盛り合せサラダ・卵豆腐のお吸い物・みかん缶	ミレービスケット	ゼリー・せんべい
12	土	豚骨ラーメン・チャーハン・黄桃缶	棒チーズ	さやえんどう
15	火	焼き魚・きゅうりのゆかり和え・コンソメスープ・キウイ 	いりこ	★みかんヨーグルト
16	水	ひまわり・ばら:エビフライ・和風パスタ・ウインナー・ブロッコリー・さくらんぼたんぼぼ・すみれ・もも:エビフライ・和風パスタ・玉ねぎの味噌汁・バナナ	バームクーヘン	★おふラスク
17	木	白身魚のフライ・さつま芋のサラダ・麩のお吸い物・黄桃缶	ハーベスト	★おにぎり
18	金	チキテキ・ほうれん草の胡麻和え・コーンスープ・みかん缶	りんご	ボルガ
19	土	かきたまうどん・若菜ごはん・バナナ	カルシウムせんべい	こつぶっこ
21	月	鯖の味噌煮・トマトサラダ・白菜のお吸い物・オレンジ	鉄ウエハース	★フルーチェ
22	火	豚肉の生姜焼き・大根のゆかり和え・かき卵の味噌汁・パイン缶	バナナ	★肉まん
23	水	鮭のクリームシチュー・ボイルブロッコリー・トマト・キウイ	カルシウムウエハース	コーンフレーク
24	木	すき焼き風煮込み・胡麻ドレッシングサラダ・わかめのスープ・黄桃缶	ヨーグルト	★かぼちゃのチョコチップクッキー
25	金	竹輪の磯マヨ焼き・ひじき納豆・キャベツの味噌汁・りんご 	ミレービスケット	★焼き芋
26	土	ミートソースパスタ・ロールパン・みかん缶	棒チーズ	おにぎりせんべい
28	月	鶏肉の照り焼き・きゅうりの中華和え・白身魚のお吸い物・バナナ	いりこ	★グレープゼリー
29	火	ぎよろつけ・マセドアンサラダ・白菜とウインナーのスープ・パイン缶	りんご	★さつま芋蒸しパン
30	水	 秋の遠足		
31	木	チーズ入り具だくさん厚焼き卵・のり納豆・かぼちゃの味噌汁・キウイ	ハーベスト	★きな粉マフィン

すみれ・もも組の飲み物は(月・水・金)牛乳(火・木)スキムミルク、たんぼぼ組以上はスキムミルクです。

誕生会です。

新メニューです。

クッキングです。

★は手作りおやつです。