

給食室より

10月の献立



10月31日はハロウィンです。みんなで楽しく給食を食べたいと思っています。ハロウィンシチューの中にはオバケやランタンの形をしたマカロニを入れ色々な形を皆で探しながら食べようと思います。おやつもパンプキンドーナツでハロウィンを楽しみたいと思います。

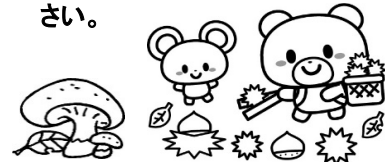


10月30日にお店屋さんごっこをします。ふじ組さんにマクドナルドの店員さんになってもらいハンバーガーを作ってもらいます。店員さんになってもらう為、当日までに爪を切っておいて下さい。



魚を食べよう!

今が旬の「さんま」さんまには血液をサラサラにするEPAや頭がよくなるDHAが含まれています。是非、旬のさんまを味わってみてはいかがでしょうか！一緒に旬の「キノコやさつまいも」なども味わってみて下さい。



日	曜 日	3歳 未満児 午前のおやつ	全 児			
			主食	食 食		午後のおやつ
				副	食	
1	火	ハーベスト	ごはん	すき焼き風煮・ドレッシングサラダ	牛乳	ザラメ せんべい
2	水	しょうゆ せんべい	ごはん	さつまいも・切り昆布の煮物・ 納豆・のり	牛乳	あんぱん
3	木	りんご ジュース	パン	きのこスパゲッティ・ かき玉スープ・フルーツ	牛乳	おにぎり (さつまいも)☆
4	金	アスパラガス	ごはん	雑菜・煮豆・フルーツ	牛乳	ソファール
5	土	炒り小魚	おにぎり	肉うどん・ごぼうサラダ・フルーツ	牛乳	えびせん
7	月	フルーツ	ごはん	豚汁・高野豆腐と切り干し大根の煮物	牛乳	雪の宿
8	火	味しらべ	ごはん	和風チキンサラダ・ こんにゃくの煮物・味噌汁	牛乳	じゃこ トースト☆
9	水	ビスコ	ごはん	豚肉とマカロニのカレー煮・ グリーンポテト・フルーツ	牛乳	チョコパン
10	木	おからスナック	ごはん	魚のムニエルオーロラソースかけ・ 粉ふき芋・汁ビーフン	牛乳	・ジョア ・白い風船
11	金	きな粉 ウエハース	ごはん	切り昆布のシューマイ・ 春雨の酢の物・かき玉汁	牛乳	丸ぼうろ
12	土	ハイハイ	パン・ジュース(ふじ・うめ・さくら木工祭出演)			ポテトチップス
15	火	紫芋チップ	ごはん	春雨とピーマンの味噌炒め・ 卵スープ・フルーツ	牛乳	蒸しパン (さつまいも)☆
16	水	たべっこ どうぶつ	ごはん	魚の衣揚げリンゴソースかけ・ 温野菜・味噌汁	牛乳	ぼたぼた焼き
17	木	スポロン	パン	チキンと水菜のスパゲッティ・ コンソメスープ・フルーツ	牛乳	おにぎり (鶏五目)☆
18	金	カルシウム ウエハース	ごはん	なすと豚肉のオイスターソース炒め・ もずくスープ	牛乳	カップでヤクルト
19	土	炒り小魚	ごはん	秋野菜カレー・小松菜ソテー・フルーツ	牛乳	さやえんどう
21	月	ふわふわ チップ	ごはん	きのこさつまいも豆乳スープ・ 牛肉とごぼうの煮物・フルーツ	牛乳	こつぶあられ
22	火	野菜 ジュース	ごはん	魚のもみじ揚げ・ 柿入り白和え・すまし汁	牛乳	たい焼き☆
23	水	フルーツ	ごはん	鶏肉と里芋のこっくりゴマ味噌煮・ そうめんのすまし汁	牛乳	クリームパン
24	木	畑のスナック	誕生 会食	さつまいもご飯・煮込み豆腐ハンバーグ・ 温野菜・コンソメスープ	牛乳	コンソメコーン
25	金	野菜 スティック	ごはん	カレー・フルーツサラダ	牛乳	・ヤクルト ・星たべよ
26	土	炒り小魚	おにぎり	あんかけきのこうどん・ 大根のかりかり漬け・フルーツ	牛乳	ポテコ
28	月	フルーツ	ごはん	高野豆腐と野菜の甘酢あんかけ・ 中華スープ	牛乳	スティックパン
29	火	オール レーズン	ごはん	いなほ揚げ・コールスローサラダ・ すまし汁	牛乳	ミレービスケット
30	水	まあるい クラッカー	チーズバーガー・ポテトフライ・ナゲット・ジュース			お米のスナック
31	木	ぶどう ジュース	食パン	ハロウィンシチュー・レタス・トマト・ 鶏のから揚げ	牛乳	パンプキン ドーナツ☆

☆は手作りおやつです