

月	火	水	木	金	土	
未満児主食	11月の給食目標 食事に意欲を持ち、発表会に向けて残さず食べることを頑張ろう。		1	2	3 文化の日	4
副食			かぼちゃごはん 鶏肉のトマト煮 コーンとポテトのサラダ 豆腐のすまし汁 ぶどう	ごはん じゃがいものそぼろ煮 切干大根の和風サラダ かぼちゃとインゲンの味噌汁 キウイフルーツ		ごはん はんぺんのチーズ焼き スバゲティーンテー じゃがいもと豆腐の味噌汁 みかん
おやつ			バナナケーキ 牛乳	プチパン 牛乳		
	6	7	8	9	10	11 手作り弁当の日
未満児主食	ごはん かにたま 里芋の煮付け かぶの味噌汁 柿	ごはん ドライカレー チーズサラダ 白菜と人参の味噌汁 りんご	ごはん ハワイアンポークステーキ ブロッコリーのごま和え わかめスープ ぶどう	ごはん 小魚と大豆のからめ煮 利久和え 人参シチュー キウイフルーツ	ごはん 肉じゃが わかめサラダ 三平汁 みかん	
副食			豆腐のごまだれ団子 牛乳	ヨーグルトバンケーキ 牛乳	りんごカスタード 麦茶	
おやつ					甘食 牛乳	ヤクルト せんべい
	13	14 生活発表会総練習	15	16	17	18 生活発表会
未満児主食	ごはん ベーコンエッグ ごまもやし 五目味噌汁 りんご	仕出し弁当 麦茶 	ごまごはん 豆腐とひじきのつくね わかめの酢の物 はんぺんスープ 柿	ごはん かつおの煮付け 切干大根の炒り煮 のっぺい汁 バナナ	ごはん さつまいもコロッケ ヤーコンサラダ 春雨スープ みかん	
副食						
おやつ	ふかしもち 牛乳	バナナ ビスケット	たまごサンド 牛乳	アメリカンドッグ 牛乳	ヨーグルト せんべい	
	20	21	22	23	24	25
未満児主食	ごはん 凍り豆腐の卵とじ 深山和え 五目うどん みかん	ごはん ミートローフ カリフラワーサラダ もやしの味噌汁 りんご	ごはん たらこのカレーソースかけ ひじきの炒り煮 なめこ汁 みかん	 勤労感謝の日	ごはん 卵グラタン ヤーコンきんぴら カレー汁 柿 豆銀糖 牛乳	ごはん 焼きビーフン オーロラサラダ じゃがいもとキャベツの味噌汁 バナナ
副食						
おやつ	いもかりんとう 牛乳	杏仁豆腐 サブレ	ピザトースト 牛乳			
	27	28	29	30 お誕生会		
未満児主食	ごはん さばのホイル焼き かぼちゃサラダ 里芋の味噌汁 キウイフルーツ	ごはん レバーのケチャップ和え 春雨の酢の物 コーンとキャベツのスープ バナナ	しめじごはん 厚焼き卵 酢味噌和え 煮豆・ささみスープ りんご	五目ぶかし 焼きいか ポテトサラダ すまし汁 みかん 	今月の予定 平均給与栄養量 ・エネルギー …530kcal ・たんぱく質 …18.9g ・脂質 …16.6g	
副食						
おやつ	焼きそばパン 牛乳	なべやき 牛乳	バナナコッタ せんべい	アップルケーキ 牛乳		

手には目に見えない汚れのほかに、いろいろなばい菌やウイルスがついています。ばい菌やウイルスから体を守るとい意味でも、石鹸で手をきれいに洗うことがとても大切です。

食事の前やトイレの後、外から帰ってきた後には、必ず手を洗きましょう。



ていねいな手洗いを心がけましょう。



10月は「十五夜」に栗ごはんを食べ、ぞう組の子どもたちが丸めてくれた月見団子をお供えしました。また、園で収穫したさつまいもは、さつまいもごはんや大学いもにしておいしくいただきました♡(お家ではどのようにして食べたのかな?♡) うさぎ組とりす組の子どもたちが、「おつゆに入れてください」と言って、園で収穫した「なす」を給食室に持ってきてくれたので、味噌汁に入れておいしくいただきました♡ 収穫の喜びを感じ、季節の食材をしっかりと味わうことができました(*^^*)