

きゅうしよくだより



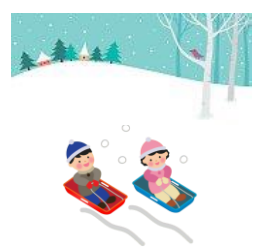
令和6年12月1日

★予定献立表★ (材料の都合上献立を変更することがあります。)

曜日	月	火	水	木	金
日付	2	3	4	5	6
副食	ちきんかつ ほうれんそうとはくさいの いそべあえ みそしる	じゃがいものちーずやき はるさめのぼんずさらだ こんそめすーぷ	はつぼうさい かぼちゃのてんぷら ちゅうかすーぷ	さけのふらい だいこんのもの みそしる	やきそば ちゅうかすーぷ くだものぜりー
主食	ごはん	ごはん	わかめごはん	ごはん	ちゅうかめん
10時のおやつ(未満児)	牛乳・くつきー	牛乳・うえはーす	牛乳・せんべい	牛乳・くらっかー	牛乳・くつきー
3時のおやつ	おかし・牛乳	ばんけーき・牛乳	くつきー・牛乳	おかし・牛乳	せんべい・牛乳
主な使用食品 (調味料等除く)	チキンカツ、キャベツ、ほうれん草、白菜、焼きのり、高野豆腐、あおさ、人参、玉ねぎ、長ネギ	芋、玉ねぎ、人参、豚ひき肉、トマトピューレ、チーズ、パセリ粉、春雨、きゅうり、ロースハム、キャベツ、枝豆、コーン、長ネギ、パンケーキ	豚肉、白菜、干しいたけ、人参、むきエビ、いんげん、たけのこ、玉ねぎ、南瓜、卵、チンゲン菜、ベーコン、長ネギ	鮭、枝豆、大根、人参、干しいたけ、厚揚げ、キャベツ、焼くわ、長ネギ	キャベツ、人参、玉ねぎ、しいたけ、ピーマン、豚肉、青のり、白菜、卵、いりごま、果物ゼリー
行事					
日付	9	10	11	12	13
副食	とりつくね もやしとわかめの ごまずあえ くらむちやうだー	あじふらい ふきのものに そうめんじる	おでん とりにくときゃべつの おーらさらだ みそしる	おやこに ぼとさらだ みそしる	みーとすばげてい こんそめすーぷ けーき
主食	ぱん	ごはん	ごはん	ごはん	すばげてい
10時のおやつ(未満児)	牛乳・うえはーす	牛乳・うえはーす	牛乳・せんべい	牛乳・くらっかー	牛乳・くつきー
3時のおやつ	おにぎり・おちゃ	おかし・牛乳	くつきー・牛乳	おかし・牛乳	せんべい・牛乳
主な使用食品 (調味料等除く)	とりつくね、枝豆、チーズ、もやし、海藻サラダ、カニカマ、白すりごま、あさり、玉ねぎ、芋、チンゲン菜	あじフライ、キャベツ、フキ水煮、白滝、さつま揚げ、干しいたけ、そうめん、花魁、ほうれん草、人参、長ネギ	大根、こんにゃく、焼くわ、三色いなり、キャベツ、鶏肉、人参、木綿豆腐、なめこ、玉ねぎ、長ネギ	卵、ほうれん草、人参、玉ねぎ、干しいたけ、鶏肉、ナルト、高野豆腐、芋、きゅうり、魚肉ソーセージ、小松菜、しめじ、油揚げ、長ネギ	豚ひき肉、玉ねぎ、人参、トマトピューレ、キャベツ、コーン、枝豆、ベーコン
行事					おたんじょうかい
日付	16	17	18	19	20
副食	まーぼー豆腐 もやしとにんじんのなむる ちゅうかふうすーぷ	さばのみそに せさみごぼう すましじる	すきやきふうに げんきなっとう みそしる	なげつと ういんなー・ぼとと くだもの けーき	 おべんとうのひ
主食	ごはん	もちきびごはん	ごはん	ほそまきずし・いなりずし	
10時のおやつ(未満児)	なし	牛乳・うえはーす	牛乳・せんべい	牛乳・くらっかー	牛乳・くつきー
3時のおやつ	もみじまんじゅう・おちゃ	おかし・牛乳	くつきー・牛乳	よーぐると	せんべい・じゅーす
主な使用食品 (調味料等除く)	木綿豆腐、豚ひき肉、長ネギ、芽ひじき、人参、もやし、いりごま、油揚げ、大根、チンゲン菜、もみじまんじゅう	サバ、大根、人参、ごぼう、いりごま、板かまぼこ、水菜、わかめ、干しいたけ、長ネギ	豚肉、高野豆腐、白滝、ナルト、玉ねぎ、白菜、しいたけ、人参、ひきわり納豆、ほうれん草、なめたけ茶漬、ちりめんじゃこ、ずり、長ネギ	卵巻き、かつは巻き、納豆巻き、いなり、ナゲット、枝豆、ウインナー、ポテト、みかん、ケーキ、ヨーグルト	
行事				くりすますかい	1号認定 2学期終園日
日付	23	24	25	26	27
副食	でみぐらすはんぱーぐ ひじきとこうやどうふの ものに みそしる	たらのみそまややき きんちゃくのものに すましじる	ほしのころっけどらいかれー きゅうりのすのもの さんたさんでぎーと	ささみのぴかた だいこんさらだ すましじる	ごもくうどん みかん
主食	ごはん	もちむぎごはん	ごはん	ごはん	うどん
10時のおやつ(未満児)	牛乳・くつきー	牛乳・うえはーす	牛乳・くらっかー	牛乳・せんべい	牛乳・くつきー
3時のおやつ	おかし・牛乳	おかし・牛乳	せんべい・おちゃ	くつきー・牛乳	せんべい・じよあ
主な使用食品 (調味料等除く)	ハンバーグ、玉ねぎ、しめじ、トマトピューレ、プロッコリー、高野豆腐、芽ひじき、もやし、人参、シーチキン、ふのり、玉ねぎ、長ネギ	たら、玉ねぎ、枝豆、五目巾着、こんにゃく、焼くわ、水菜、人参、長ネギ	コロッケ、鶏ひき肉、大豆、黒豆、トマトピューレ、人参、玉ねぎ、コーン、福神漬、海藻サラダ、きゅうり、卵、サンタさんデザート	鶏ささみ、卵、枝豆、大根、シーチキン、きゅうり、焼くわ、ほうれん草、板かまぼこ、干しいたけ、人参、長ネギ	人参、玉ねぎ、ごぼう、鶏肉、ナルト、ほうれん草、干しいたけ、長ネギ、油揚げ、みかん
行事	1号認定 冬休み				保育終了日

★給食室から★ 11月8日に食育教室を開きました。

大型絵本をみながら、朝ごはんを食べることの大切さのお話をしました。
朝ごはんを食べた時食べれなかった時両方の姿を絵本で見比べることができ子どもたちも真剣でした。



☆ 基本的な生活習慣を身につけよう ☆

- ① 朝早く起きお日様の光をあびると、体がめざめ、ご飯をもりもり食べることができる。
- ② ご飯をしっかり食べると元気に体を動かしたりしっかり考えることができる。
- ③ 元気に体を動かすことで、早寝の習慣につながる。
- ④ 早く寝ると早く起きる。

☆特定の食品に対してアレルギーをもつ子には、ある程度の除去食もしくは代替食を提供しています。
 ☆年齢により、献立が変更になることがあります。
 ☆土曜保育を希望する子には、牛乳・パン・おやつを提供しています。
 ☆天候不順や価格高騰などの影響により、メニューが変更になることがあります。