



11月給食献立表



平成27年度
紅陽台ちどり保育園

日	曜日	3歳未満児 10時おやつ	給食献立名	3時のおやつ
2	月	牛乳 うす焼	肉じゃが 青菜のおひたし 昆布豆	牛乳 さつまいもチップ
4	水	牛乳 シガーフライ	高野豆腐のオランダ煮 ひじきとちりめんの和え物 みそ汁	牛乳 野菜のキッシュ風
5	木	牛乳 リッツ	魚の照り焼き 切干大根の和え物 さつまいもの天ぷら	牛乳 かっぱえびせん
6	金	牛乳 フルーチェ	ハヤシシチュー 花野菜のサラダ 目玉焼き	牛乳 エースコイン 昆布
7	土	牛乳 ビスケット	きつねうどん バナナ	牛乳 ビスケット
9	月	牛乳 マンナ	ポテトときのこのグラタン 白菜とチンゲン菜のスープ ブロccoliのごま和え	牛乳 豆腐入りあべかわ団子
10	火	牛乳 ココナッツサブレ	鮭のちゃんちゃん焼き けんちん汁 手作りふりかけ 粉ふきいも	牛乳 さつまいものオレンジ煮
11	水	牛乳 アンパンマンビス	関東煮 小松菜納豆 花しゅうまい	牛乳 焼きいも
12	木	牛乳 バナナ	鶏肉のゆかり焼き 大豆とひじきの煮物 青菜の和え物	牛乳 おにぎりせんべい
13	金	牛乳 ウエハース	マーボー豆腐丼 華風あえ りんご	牛乳 こんがりさくさく 小魚
14	土	牛乳 ビスケット	スパゲティミートソース バナナ	牛乳 ビスケット
16	月	牛乳 うす焼	肉じゃが 青菜のおひたし 焼きししゃも	牛乳 かっぱえびせん
17	火	牛乳 動物ビスケット	さんまのかば焼き 柿なます みそ汁	牛乳 ミニメロンパン
18	水	牛乳 シガーフライ	3歳児参観日(親子会食) 三食丼 すまし汁 みかん	牛乳 網あられ
19	木	牛乳 ヨーグルト	魚の照り焼き 切干大根の和え物 手作りひじきふりかけ 昆布豆	牛乳 さつまいもクッキー
20	金	牛乳 ぱりんこ	鶏のからあげ 青菜のナムル トマト 白菜スープ	牛乳 エースコイン
21	土	牛乳 ビスケット	きつねうどん バナナ	牛乳 ビスケット
24	火	牛乳 ココナッツサブレ	クリームシチュー きゃべつのサラダ ウィンナー	牛乳 りんごのボンファム風
25	水	牛乳 アンパンマンビス	関東煮 小松菜納豆 しゅうまい 柿	牛乳 スイートポテト
26	木	牛乳 バナナ	高野豆腐の卵とじ ひじきとちりめんの和え物 チキンナゲット	牛乳 おにぎりせんべい
27	金	牛乳 ウエハース	ハヤシシチュー 花野菜のサラダ 目玉焼き	牛乳 さつまいも蒸しぱん
28	土	牛乳 ビスケット	スパゲティミートソース バナナ	牛乳 ビスケット
30	月	牛乳 動物ビスケット	みそかつ ごまドレッシングサラダ すまし汁	牛乳 焼きもち

- ★ たんぽぽ・すみれ・あじさい組さんは、お米を2合7日までに持って来てください。
- ★ 袋には必ずクラス名(1組か2組も)、名前を大きくはつきりと書いてください。
- ★ アレルギーの方は、除去用のお菓子を用意しております。



給食だより



お手伝いしてますか？

《はじめてのクッキング》

出来ることから少しずつ体験させてあげましょう。

- * ちぎる
手でちぎる
- * ちぎる
手でちぎる
- * する
ゴマをする
- * する
ゴマをする
- * こねる
クッキーなどの生地をこねる
- * むく
ピーラーで皮をむく
- * にぎる
ごはんをラップでにぎる



朝晩は冷え込むようになり秋も深まってきました。鮭など旬の魚には脂がたっぷり乗っていて体を温め、いも類はエネルギー源になります。みんなで秋の収穫物を味わいましょう。



食事のマナーとは、自分がおいしく食べると同時に、一緒に食べる人が気持ちよく過ごせるためのものでもあります。お箸を正しく持って食べることを身につけたい幼児期には、大人のマナーと同じことを伝えます。友達を箸で突いたり、髪の毛や服など、食べ物以外をつまんで遊んだりするのは危険であり、不衛生であることを話し、注意しましょう。「食べ物を口に運ぶ役割りのお箸が悲しむよ」と話すと、子どもにも伝わりやすいですね。

