



10月の給食だより

10月の献立表

| 日/月 | 未満児おやつ | 副食 | 食 | 3時のおやつ |
|--------------------|----------------|------------------------------------|---------|-------------------|
| 月 28 | お茶 しょうゆせんべい | クリームシチュー ひじきのナムル | | ミルク バウムクーヘン |
| 火 1 15 29(祝) | みかん缶 | 揚げ魚の甘酢あんかけ 里芋の味噌汁 | | 牛乳 スティック芋 |
| 水 2 16 30 | 牛乳 クッキー | 中華風きんぴら 小松菜のおかか和え | (2・16日) | ミルク 亀せんべい |
| 木 3(休) 17 31 | お茶 ミニサラダ | 高野豆腐の卵とじ 大根サラダ | | フルーツポンチ |
| 金 4 18 | 牛乳 サッポロポテト | 豚肉の生姜焼き トマトと卵のスープ | | お茶 わかめおにぎり |
| 土 5 19 | バナナ | ナポリタンスパゲティ 梨 | | 牛乳 パン |
| 月 7 21 | お茶 ばかうけせんべい | のっぺい汁 マカロニサラダ | | 牛乳 パンpinkボール |
| 火 8 | 牛乳 ホームパイ | 魚の味噌マヨネーズ焼き さつぱり甘酢あえ・豆腐とわかめのスープ | (8・30日) | ミルク ベジたべる |
| 水 9(休) 23 | お茶 ビスコ | 白雪ひじき 人参のごま和え | | みかん アンパンマンせんべい |
| 木 10 24 | もも缶 | きのこ山カレー 春雨のサラダ | | 牛乳 きな粉サンド |
| 金 11 25 | 牛乳 クラッカー | 魚のみりん焼き 炒めチンゲン菜・キャベツの味噌汁 | | ミルク バナナ・ロアンス |
| 土 12 26 | お茶 おとつと | 五目ラーメン オレンジジュース | | 牛乳 パン |

*都合により献立を変更する場合があります。

お誕生日会メニュー

10月29日(火)

秋鮭のませご飯

鶏の味噌焼き

清まし汁・梨

プリンアラモード

未満児：326kcal

以上児：396kcal

バイキングのメニュー

10月9日(水)

おぼけカボチャ・パン

トマトグラタン

グリーンサラダ

オニオンスープ

未満児：375kcal

以上児：407kcal

お弁当の日

10月4日(金)
運動会予行練習



令和元年10月1日 とほく認定こども園

お祝い会



自分の席に長っていたきます！さあどんな味かな？食べたことのない味に出会おうのも楽しみです。



バイキングの様子。いろいろ並んだ御馳走を見て、取り分けてもらいます。さっとワクワクする瞬間でしょう。



せっかくのお弁当の日だったのに、雨が降り、お部屋でいただきました。愛情いっぱいのお弁当でした。



加工食品ってどんなのがあるの？何からできているの？名前を挙げ、材料を紹介しました。



食事のマナーについて、座り方、あいさつの大切さを話し、実習としては大豆をつまんで動かす練習をしました。

☆感謝の気持ちを大切に☆

「いただきます」は、ただ「食べます」という意味で言うのではなく、さまざまな動植物の「命をいただきます」という意味も込められています。心から感謝して、食事を始めましょう。「ごちそうさま」の「ごちそう」の“ちそう”は漢字で“馳走”と書き、「馳け走る」という意味をもっています。食べ物には、食材を育てる人、収穫・運搬する人、調理・盛り付ける人などたくさんのひとが関わっています。そんな人々の働きに感謝して、心から「ごちそうさまでした」と言いましょう。