

# 給食だより

子供の家幼稚園

## 11月の献立

月	火	水	木	金	土
1 バナナ・牛乳	2 チーズ	3 傘	4 ヨーグルト	5 おたんじょう会	6
ロールパン ソーセージのポトフ フルーツポンチ 牛乳 ☆鮭おにぎり	麦ごはん ひき肉どんぶり きゅうりとわかめの酢の物 柿・牛乳 ☆かぼちゃドーナツ	文化の日	雑穀米 豆腐とツナのハンバーグ かぼちゃの煮物 みそ汁・牛乳 ☆にんじん餅	雑穀米 豚肉のすき焼き風煮 ハンサンスー りんご・牛乳 ☆フレンチトースト	卵チャーハン 切り干し大根サラダ 豆腐のすまし汁 ☆せんべい・ゼリー
8 バナナ・牛乳	9 チーズ	10 せんべい・牛乳	11 ヨーグルト	12 おべんとうの日	13
五目焼き豚ラーメン 紅白なます 牛乳 焼き芋(芋ほり用) ☆おにぎり	麦ごはん ハヤシライス ブロッコリーのごま酢あえ みかん・牛乳 ☆ばん	雑穀米・みそ汁 すり身団子のケチャップ煮 ほうれん草としめじソテー 牛乳 ☆りんごケーキ	わかめご飯 筑前煮 マカロニサラダ りんご・牛乳 ☆煮豆のお好み焼き	 ☆ビスケット	シーフードドリア 中華スープ みかん ☆ばん
15 バナナ・牛乳	16 チーズ	17 せんべい・牛乳	18 ヨーグルト	19 おたんじょう会	20
ロールパン ソーセージのポトフ フルーツポンチ 牛乳 ☆鮭おにぎり	麦ごはん ひき肉どんぶり きゅうりとわかめの酢の物 柿・牛乳 ☆かぼちゃドーナツ	雑穀米 ぶり大根 白和え ヨーグルト ☆焼きいも	雑穀米 豆腐とツナのハンバーグ かぼちゃの煮物 みそ汁・牛乳 ☆にんじん餅	雑穀米 豚肉のすき焼き風煮 ハンサンスー りんご・牛乳 ☆ほうれん草ばん	卵チャーハン 切り干し大根サラダ 豆腐のすまし汁 ☆せんべい・ゼリー
22 バナナ・牛乳	23 傘	24 せんべい・牛乳	25 ヨーグルト	26 フレーク・牛乳	27
五目焼き豚ラーメン 紅白なます 牛乳 みかん ☆おにぎり	勤労感謝の日	雑穀米・みそ汁 すり身団子のケチャップ煮 ほうれん草としめじソテー 牛乳 ☆りんごケーキ	わかめご飯 筑前煮 マカロニサラダ りんご・牛乳 ☆煮豆のお好み焼き	雑穀米・豚汁 干種焼き キャベツのフレンチあえ 牛乳 ☆焼きそば	シーフードドリア 中華スープ みかん ☆ばん
29 バナナ・牛乳	30 チーズ				
雑穀米・みそ汁 鶏肉のマーマレード焼き 人参しりしり 牛乳 ☆焼きいも	麦ごはん ハヤシライス ブロッコリーのごま酢あえ みかん・牛乳 ☆フレンチトースト				

☆食材等の関係で献立が代わることもあります。 ☆おやつは預かり保育(延長)の子どものみとなります。

11月です

2021年



寒い季節になりました。  
旬のものを食べて、風邪をひかない元気な体を作りましょう。  
野菜は、温野菜にすることで、たくさんの量を食べられます。  
スープなど、野菜が苦手な子どもも抵抗なく食べられて、  
自信につながるようです。  
お家でもいかがでしょうか。



☆きちんと正座もできて  
お祈り前の赤組さんの  
様子です(\*▽\*)



☆10月24日の  
カレーうどん・  
シーチキンサラダ  
のメニューです。  
子供たちに好評でした(^◇^)

☆おべんとうの日が始まりましたね。

お弁当 アドバイス

**子どもが「食いたい」お弁当がいちばん!**

むりやむりな物を食べさせようとしてお弁当に入ると、その食べ過ぎといやな気持ち  
とが遊戯ゲームのように結びついて、いっそう悪いことになる恐れがあります。できるだけ、子  
どもが「食いたい」という気持ちをもちもてるようなお弁当が作れたら、嬉しいです。