

平成28年度



給食予定献立表



広田保育園
3歳以上児

3日(月)

4日(火)

5日(水)

6日(木)

7日(金)

8日(土)

副食	生姜焼き マッシュポテト 人参グラッセ かきたま汁・キウイフルーツ	味噌おでん ピーナツ和え 吉野汁 グレープフルーツ	チキンナゲット マカロニサラダ 茄子の味噌汁 ミニトマト	カレー肉じゃが 大徳寺和え もやしの味噌汁 ぶどう	かつおの甘露煮 ひじきのごま和え 白菜と人参の味噌汁 梨	手作り弁当の日
	おやつ	オレンジゼリー・せんべい	芋かりんとう・牛乳	チーズクッキー・牛乳	フレンチトースト・牛乳	

10日(月)

11日(火)

12日(水)

13日(木)

14日(金)

15日(土)

副食	体育の日 	炒り豆腐 若布マヨネーズサラダ じゃが芋と青菜の味噌汁 りんご	鶏真薯 三色ソテー きのこスープ キウイフルーツ	ニラとじゃこの卵焼き シーフードサラダ はんぺんスープ 梨	エビグラタン もやしとピーマンの炒め物 若布スープ ぶどう	【たにぞうさんと遊ぼう】 豚汁・バナナ おにぎりを持ってきて下さい
	おやつ	がんづき・牛乳	豆乳プリン・サブレ	大豆かりんとう・牛乳	豆銀糖・牛乳	

17日(月)

18日(火)

19日(水)

20日(木)

21日(金)

22日(土)

副食	肉豆腐 胡瓜と春雨のサラダ 里芋の味噌汁 オレンジ	ひじき卵 大豆サラダ 五目スープ りんご	鮭のムニエル 切干サラダ せんべい汁 梨	【お誕生会】 スパゲティーナポリタン 唐揚げ・ブロッコリーサラダ 花麩の清汁・ぶどう	ローストチキン 親子サラダ カレー汁 グレープフルーツ	豚肉の味噌炒め コーンサラダ 牛乳 バナナ
	おやつ	杏仁豆腐・せんべい	白玉だんご黒蜜かけ・牛乳	アップルパイ・牛乳	ケーキ・牛乳	ヨーグルトゼリー・せんべい

24日(月)

25日(火)

26日(水)

27日(木)

28日(金)

29日(土)

副食	エビと豆腐のケチャップ煮 キャベツの甘酢和え 肉だんご入り中華スープ キウイフルーツ	筑前煮 小松菜のごま和え なめこ汁 梨	つくね焼き じゃが芋サラダ 南瓜の味噌汁 ぶどう	魚の夕焼けソース りんごサラダ ほうれん草の清汁 ミニトマト	ベーコンエッグ きんぴらごぼう かぶの味噌汁 オレンジ	焼きうどん ツナサラダ 牛乳 ミニトマト
	おやつ	ごまクッキー・牛乳	甘食・牛乳	いが栗坊や・牛乳	ベジタブルサンド・牛乳	クッキー・牛乳

31日(月)

副食	豚肉と野菜の炒め煮 いかと若布の酢味噌和え しめじの味噌汁 りんご
	おやつ

今月の予定平均栄養量

エネルギー・・・418Kcal
タンパク質・・・18.3g
脂 肪・・・17.4g

絵本を通じて食育を

食欲の秋、読書の秋ですね。子どもたちに絵本と食べ物との出会いを体験させてみましょう。絵本に出てくる食べ物のイメージは、わくわくとした気持ちとともに食への関心を高めます。「食」は生きることの基本です。絵本の世界から、実際の食べ物を見て料理を味わうことで、子どもの心の中に深く「食」が刻まれていくことでしょう。絵本を通じて食べる楽しさや作るおもしろさ、好き嫌いの克服や食事のマナーなど、「食の世界」を広げていってあげたいものです。

3・4・5歳児向け
『じゃがいもポテトくん』
作/長谷川義史
発行/小学館

八百屋さんに並んだじゃがいもの家族が山田さん、吉田さん...と次々に買われてしまい、離れ離れになってしまいます。しかし思いがけない場所で再会します。夕飯にじゃがいもをリクエストしたくなるかもしれませんね。

10月1日(土)は
運動会です。