

平成28年度



給食予定献立表



広田保育園

3歳未満児

3日(月)		4日(火)		5日(水)		6日(木)		7日(金)		8日(土)	
おやつ	豆乳・せんべい	ヤクルト・サブレ	牛乳・せんべい	飲むヨーグルト・ビスケット	牛乳・せんべい	手作り弁当の日 					
主食	ごはん 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	ごはん 味噌おでん ピーナツ和え 吉野汁 グレープフルーツ	ごはん 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	ごはん カレー肉じゃが 大徳寺和え もやしの味噌汁 ぶどう	ごはん 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						
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	五平餅・牛乳						
10日(月)		11日(火)		12日(水)		13日(木)		14日(金)		15日(土)	
おやつ	体育の日 		牛乳・せんべい	りんごジュース・せんべい	牛乳・せんべい	ヨーグルト	牛乳・せんべい				
主食			ごはん 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	しらすごはん 鶏真薯 三色ソテー きのこスープ キウイフルーツ	ごはん 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	ごはん 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	【たにどうさんと遊ぼう】 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)	
おやつ	牛乳・せんべい	牛乳・せんべい	豆乳・せんべい	ヤクルト・サブレ	りんごジュース・ビスケット	牛乳・せんべい					
主食	ごはん 肉豆腐 胡瓜と春雨のサラダ 里芋の味噌汁 オレンジ	ごはん ひじき卵 大豆サラダ 五目スープ りんご	ごはん 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	ごはん ローストチキン 親子サラダ カレー汁 グレープフルーツ	ごはん 豚肉の味噌炒め コーンサラダ にらたま汁 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)	
おやつ	牛乳・せんべい	ヨーグルト	牛乳・せんべい	飲むヨーグルト・せんべい	牛乳・サブレ	牛乳・せんべい					
主食	ごはん 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	ごはん 筑前煮 小松菜のごま和え なめこ汁 梨	ごはん つくね焼き じゃが芋サラダ 南瓜の味噌汁 ぶどう	卵ごはん 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	ごはん ベーコンエッグ きんぴらごぼう かぶの味噌汁 オレンジ	ごはん 焼きうどん ツナサラダ 豆腐の味噌汁 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)											
おやつ	豆乳・せんべい										
主食	ごはん 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	南瓜マフィン・牛乳										

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。

今月の予定平均栄養量

エネルギー・・・540kcal
 タンパク質・・・19.9g
 脂 肪・・・17.5g

0・1・2歳児向け
『やさいさん』
 作/tuperatupera
 発行/学習教育出版

「やさいさん やさいさん だあれ」のことばのあとに「すっぽーん」とびっくりするほど大きな野菜が現れる楽しいしかけ絵本です。

10月1日(土)は運動会です