

給食献立予定表

	月	火	水	木	金	土
副食		(1日) ごはん、すまし汁 魚のカレームニエル 中華トマト・トマト	(2日) パン アメリカンコンソープ サラダ・フルーツ	(3日) ごはん、みそ汁 肉じゃが	(4日) ごはん、すまし汁 コロケ・サラダ のりの佃煮	(5日) 親子 スポーツ フェスタ
おやつ		フライドポテト 牛乳	黒糖むしケーキ 牛乳	マシュマロバー 牛乳	アイスクリーム お茶・せんべい	
未満児朝おやつ		コーンフレーク	ウエハース	バナナ	ビスコ	
副食	(7日) 牛丼 野菜のごま和え フルーツ	(8日) ごはん、みそ汁 とりのチキン焼き ミニの金平・ポテト	(9日) ゆかりごはん コンソープ 豆腐団子のケチャップ煮 きゅうり・粉まき・フルーツ	(10日) 試食会 (月組) ごはん、すまし汁 魚のみそマヨネーズ焼き 野菜の甘酢和え・トマト	(11日) ごはん、みそ汁 トンカツ・サラダ ふりかけ	(12日) そばろ丼 フルーツ
おやつ	クレープ 牛乳	あべり団子 牛乳	マカロニカリント 牛乳	むしパン 牛乳	せんべい 牛乳	ビスケット 牛乳
未満児朝おやつ	せんべい	クッキー	クラッカー	ポーロ	ビスケット	せんべい
副食	(14日) スポーツの日 	(15日) ごはん、みそ汁 豚肉の生姜焼き 春雨・サラダ	(16日) パン、コンソープ マカロニグラタン サラダ・人参グラッセ	(17日) ごはん、すまし汁 豆腐の炒り煮 ウインナー	(18日) ごはん、みそ汁 魚のフライ サラダ・きくらげ佃煮	(19日) クリームスパゲティ フルーツ
おやつ		スイートポテト 牛乳	みそ焼きだご 牛乳	クッキー 牛乳	手作りポリン お茶	ビスケット 牛乳
未満児朝おやつ		チーズ	ウエハース	ホットケーキ	せんべい	クラッカー
副食	(21日) ごはん、みそ汁 小松菜の和え和え フルーツ	(22日) ごはん、すまし汁 魚とかり干し大根の煮物 きゅうり	(23日) 魚とわかめごはん コンソープ 五色オムレツ サラダ・フルーツ	(24日) ごはん、みそ汁 筑前煮	(25日) ごはん、すまし汁 野菜のかき揚げ サラダ	(26日) うーめん フルーツ
おやつ	シシムサント 牛乳	みそカリント 牛乳	牛乳もち お茶	せんべい 牛乳	バナナケーキ 牛乳	クッキー 牛乳
未満児朝おやつ	ビスコ	コーンフレーク	ポーロ	卵焼き	せんべい	ビスケット
副食	(28日) ごはん タイピエエン 肉の佃煮・フルーツ	(29日) ごはん、みそ汁 とりのごまみそ焼き サラダ・トマト	(30日) 誕生会 (カレール) カレーライス マカロニサラダ フルーツ	(31日) ごはん、コンソープ じゃが芋のトマト煮 きゅうりのおかか和え	 今月のスポンマークは 30(水)誕生会の日です。	
おやつ	やき芋 牛乳	ビスケット 牛乳	ケーキ 牛乳	ざくりフルーツ ヨーグルト お茶		
未満児朝おやつ	チーズ	バナナ	ウエハース	せんべい		

※未満見さんの朝おやつには牛乳がつきます

やっと暑さも落ち着いて、だんだんと秋の気配がしています。「食欲の秋」「スポーツの秋」「読書の秋」どんな秋が好きですか？
 今月はスポーツフェスタ、月組さんのカレー作りがあります。季節の変わり目、体調管理に気を付けて10月も元気にすごしましょう。
 🍎野菜嫌いを克服🍎🍌🍅🍆 子どもは野菜嫌いが多いですね。なぜなら子どもの味覚は敏感で大人が感じるよりも苦く、すっぱく感じるからです。しかし、子どもは慣れることにより苦辛なものを克服することができます。肉や魚といっしょに加熱調理するとうま味で渋みや苦味が減り、野菜によっては甘くなるなど苦辛な子どもも食べやすくなります。ぜひ試してみよう!!