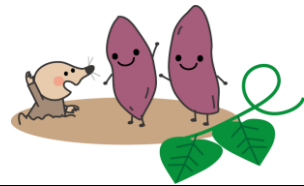


平成30年度

11月



ぱくぱく

☆お知らせ☆

- 給食に取り入れた旬の食材は・・・
『鮭・さば・れんこん・ごぼう・大根・にんじん・さつまいも・里芋・しいたけ・ほうれん草
ブロッコリー・柿・りんご・みかん』です。
- 3歳未満月は8・28日が味付きご飯です。その他の日は白ご飯になっています。
- 14日はお弁当箱におかずを詰めます。3歳以上児はおにぎりをお弁当箱に入れてきてください。

日	曜日	メニュー			きゅうしょくのざいりょう			家でとりよ食物	
		3才未満児 朝おやつ	おひるの きゅうしょく	みんなの おやつ	エネルギーになるもの (きいろ)	ちやにくになるもの (あか)	びょうきをやつつけるもの (みどり)		
1	木	ごへいもち	もずくとむぎのスープ ごぼうサラダ さつまいものごまあえ かき	まっちゃんのパラマンジェ	おしむぎ さつまいも さとう ごま マヨネーズ	ベーコン たまご ツナ	もずく たまねぎ にんじん とうもろこし えのき ねぎ ごぼう きゅうり かき	大豆製品 海藻類	
2	金	チョコっと フレンチ	ぶりのでりやき ばいにくれんこん ほうれんそうのごまみそあえ パイン缶	やきふがし	マヨネーズ ごま さとう	ぶり ツナ みそ	しょうが れんこん うめぼし ほうれんそう きりほしだいこん パイン缶	肉類 いも類	
5	月	フルーチェ	ぶたにくのしょうがいため レタス わふうサラダ もも缶	もちもちきなこ	あぶら ごまあぶら ごま	ぶたにく ツナ とうふ かつおぶし	しょうが たまねぎ レタス きゅうり にんじん もやし もも缶	卵類 きのこと類	
6	火	ぎょうざの かわピザ	とりにくのコーンフレークやき ゆでえだまめ エリンギとベーコンのバターソテー みかん缶	ココアむしばん	マヨネーズ コーンフレーク ばんこ バター	とりにく ベーコン	えだまめ エリンギ たまねぎ ほうれんそう みかん缶	魚類 野菜類	
7	水	マカロニの あべかわ	さばのみそに ひじきのちゅうかあえ パナナ	ハニートースト	さとう ごまあぶら ごま	さば みそ ハム	しょうが たまねぎ さやいんげん ひじき にんじん きゅうり とうもろこし パナナ	卵類 葉菜類	
8	木	ももヨーグルト	ごもくたまごとし チキンサラダ オレンジ (3未:炊き込みご飯)	おからのパウンドケーキ	あぶら じゃがいも さとう マヨネーズ	あぶらあげ しらす たまご とりささみ	たまねぎ にんじん しいたけ しめじ ねぎ レタス トマト きゅうり オレンジ	肉類 海藻類	
9	金	ジャムサンド	ビーフカレー ピーマンのじゃこいため だいこんとツナのもの パイン缶	レモンクッキー	あぶら じゃがいも さとう ごま	ぎゅうにく しらす ツナ	にんにく たまねぎ にんじん ほうれんそう ピーマン だいこん パイン缶	大豆製品 きのこと類	
12	月	ミルクきなこもち	ちゅうかふうにくだんご レタス さつまいもサラダ もも缶	グレープフルーツ りんご	かたくりこ さとう ごまあぶら さつまいも マヨネーズ	ぶたひきにく ハム	たまねぎ しいたけ ねぎ しょうが レタス きゅうり もも缶	魚類 大豆製品	
13	火	バナナ	やさしいラーメン かぼちゃのふくめに きりほしだいこんとぎゅうにくのごまいため キウイフルーツ	あんぱん	ちゅうかめん あぶら ごまあぶら ごま さとう	ぶたにく ぎゅうにく	たまねぎ にんじん きゃべつ とうもろこし しいたけ ねぎ きりほしだいこん なら かぼちゃ キウイフルーツ	卵類 大豆製品	
14	水	やきふがし	【ピクニックの日】 とりのでりやき さといもの召ほろに ブロッコリーのかおりあえ さくらんぼ缶	こくとうむしばん	さとう さといも あぶら ごまあぶら	とりにく とりひきにく かつおぶし	えだまめ ブロッコリー さくらんぼ缶	魚類 野菜類	
15	木	ラスク	さかなのサッパリあますソース ゆできゃべつ Катテージチーズあえ みかん缶	たきこみむすび	かたくりこ あぶら さとう ごま	あかうお スkimミルク しらす	たまねぎ パセリ きゃべつ ほうれんそう もやし にんじん みかん缶	肉類 海藻類	
16	金	パンブディング	けんちょう コールスローサラダ パナナ	ヨーグルト(牛乳なし)	あぶら さとう マヨネーズ	とうふ あぶら マヨネーズ	だいこん にんじん きゃべつ とうもろこし バナナ	いも類 きのこと類	
19	月	マカロニの あべかわ	ワンタンスープ じゃこじゃが だいずのしおこんぶマヨサラダ パイン缶	コーンフレーククッキー	ワンタンのかわ じゃがいも あぶら さとう マヨネーズ ごま	ぶたにく しらす だいず	きゃべつ にんじん なら きゅうり しおこんぶ パイン缶	卵類 根菜類	
20	火	ジャムヨーグルト	とりにくのケチャップに レタス くらげとだいこんのサラダ かき	クリームチーズマフィン	さとう ごまあぶら ごま	とりにく くらげ ハム	レタス だいこん きゅうり かき	魚類 野菜類	
誕生会 21	水	おかし	* おたのしみランチ *						
22	木	バタートースト	とうふのキッシュ かりこりいりこ かぼちゃサラダ もも缶	バナナ オレンジ	あぶら さとう ごま マヨネーズ	とうふ ベーコン たまご クリーム skimミルク チーズ いりこ ハム	ほうれんそう しめじ かぼちゃ きゅうり もも缶	肉類 いも類	
26	月	あべかわもち	レバーのマリアソース レタス ごもくひじき みかん缶	とうもろこしケーキ	かたくりこ あぶら さとう	ぶたレバー あぶらあげ だいず	しょうが レタス ひじき こんにゃく にんじん えだまめ みかん缶	魚類 きのこと類	
27	火	じゃがバター	さけのマヨチーズコーンやき もやしのちゅうかあえ キウイフルーツ	とうにゅうゼリー	マヨネーズ さとう ごまあぶら ごま	さけ こなチーズ ハム	とうもろこし もやし きゅうり キウイフルーツ	卵類 葉菜類	
28	水	バナナ	クリームシチュー きゃべつとしおこんぶサラダ きりほしだいこんのいために もも缶 (3未:わかめご飯)	ジャムパン	あぶら じゃがいも バター はくりきこ	とりにく ぎゅうにく かつおぶし	たまねぎ にんじん しめじ ブロッコリー ねぎ きりほしだいこん きゃべつ きゅうり もも缶	魚類 大豆製品	
29	木	ホットケーキ	こんさいのごまだれに まめとりこんぶのサラダ パイン缶	ブリッツ	あぶら さといも ごま さとう じゃがいも マヨネーズ	とりにく みそ ハム	にんじん れんこん ごぼう だいこん こんにゃく さやいんげん りんご きゅうり ミックスビーンズ えだまめ パイン缶	魚類 きのこと類	
30	金	やきふがし	とうふのにくみそグラタン ゆでえだまめ ツナのりナムル みかん	カステラココアボール	マヨネーズ さとう ごまあぶら	とうふ ぶたひきにく みそ ツナ	しそ えだまめ こまつな もやし のり みかん	卵類 根菜類	

*みんなのおやつで毎日牛乳を100ml飲みます。

平成30年10月31日 社会福祉法人 百華児童苑 嘉川保育園