



11月の献立表

11月の給食だよ



曜日/日	未満児おやつ	副	食	3時のおやつ
月 11 26	牛乳 星たべよせんべい	豚汁 和風サラダ(11日)		フルーツヨーグルト和え(11日) フルーツゼリー(25日)
火 12 26(祝)	お茶 ロアソヌ	白身魚のコーンマヨ焼き(12, 25日) 人参しりしり もずくスープ		ミルク ステイック羊 (1, 12日)
水 13 27	お茶 うす焼きサラダせんべい	南瓜のそぼろ煮 かみかみサラダ		バナナ クリームコロン (13, 29日)
木 14 28	バナナ	八宝菜 アロココリーのごま和え		牛乳 ピスケットミルクアイユ
金 15 29	牛乳 白い風船	高野豆腐の卵どじ リンゴレタッソングサラダ (15, 29日)		ヨーグルト コアラのマーチ (5, 15日)
土 2 16	お茶 ミニドーナツ	豆乳味噌うどん みかん		牛乳 パン
月 18	お茶 棒チーズ	和風ポトフ キャベツの土佐和え		りんご おととと
火 5 19	みかん缶	魚のもみじ焼き ほうれん草のナムル きのこの味噌汁		ミルク カレー蒸しパン (19, 27日)
水 6(水) 20	お茶 ピスコ	豆腐ハンバーグ 盛り合わせサラダ コンソメスープ (1, 20日)		みかん 雪の宿せんべい
木 7 21	お茶 野菜ポーク	ポークカレー みかんサラダ		牛乳 卵サンド
金 8 22(祝)	牛乳 まがりせんべい	白身魚の信田煮 チンゲンサイの骨太和え(8日)		ミルク 小倉ホットケーキ
土 9 30	みかん	ちゃんぽん りんごジュース		牛乳 パン

*都合により献立を変更する場合があります。

お誕生会のメニュー

11月26日(火)

- 鶏ごぼうご飯
- ミートボール
- ポテトサラダ
- かき玉汁
- 牛乳・ワッフル
- 未満児: 325kcal
- 以上児: 410kcal

バイキングのメニュー

11月6日(水)

- えびピラフ
- きのこのグラタン
- グリーンサラダ
- オニオンスープ
- 未満児: 342kcal
- 以上児: 442kcal

お弁当の日

11月22日(金)



味覚を育てる「だし」

11月24日は「和食の日」です。ご飯を中心に、おかずと汁物を組み合わせた和食は栄養バランスがよく、健康的な食事の基本です。和食に欠かせない「だし」のうま味は、料理の味を豊かにするだけでなく、減塩の効果もあります。乳幼児期はうま味を味わうことを通じて味覚の土台がつけられるので、この時期に様々な味を経験できるように心がけましょう。

=代数的だし= 昆布・かつお節・煮干し・干しいれ汁



おはなしの時間

令和6年11月1日
とほく認定こども園・分園



分園で“カボチャのおばけ”お披露目。何？と好奇心旺盛な子ども達が集まり、あれこれ話しか弾んでいます。

バイキングは、異年齢のグループで食事を楽しみます。いろんな楽しいお話が聞かれます。



お弁当の日の様子をバッチリ。自慢のお弁当を掲げて、とっても嬉しそうな表情が伝わってきます。

食べ物3色の動きについて、今日は「赤色」の仲間について、丈夫な体を作る動きを話しました。



お弁当の日はきれいなお手拭きを持ってくるお話と、朝ご飯に3色が入るように絵本でお話しました。