



# 給食だより



令和5年10月

昼 食			3時のおやつ		朝のおやつ(ひよこ組)		
日	曜	お か ず	デザート	飲み物	おやつ	飲み物	おやつ
▲2	月	皿うどん 中華風コーンスープ		ミルク	じゃがもち	牛 乳	ビスケット
3	火	マカロニグラタン コンソメスープ		〃	焼きもちこしクラッカー	〃	ジャムトースト
●4	水	ひじきの炒め煮 チップスサラダ	パイナップ	〃	ドーナツ	〃	かっぱえびせん
5	木	鶏肉のごまみそ焼き もやしの酢の物 春雨スープ		〃	枝豆・チーズ	〃	バナナ
●6	金	筑前煮 ごま和え		〃	塩むすび	〃	せんべい
▲7	土	カレーうどん りんごと野菜のサラダ		〃	サッポロポテト	〃	ミレービスケット
10	火	豚丼 キャベツの昆布和え すまし汁		〃	柿・動物ポーロ	〃	ビスケット
●11	水	きんぴら炒め なます 魚のみりん焼き		〃	フライドポテト	〃	ジャムトースト
▲12	木	ちゃんぽん汁 切干大根の酢の物		〃	キャラメルコーン	〃	サッポロポテト
◎13	金	誕生会 混ぜ込みおにぎり ハンバーグ 人参グラッセ アンパンマンポテト マカロニサラダ 豆乳スープ	オレンジゼリー	〃	ウイナーパン	〃	動物ポーロ
14	土	チリコンカン ポテトサラダ		〃	かっぱえびせん	〃	野菜パー
16	月	クリームシチュー ごまドレサラダ		〃	お好み揚げ	〃	ビスケット
▲17	火	肉みそスパゲティ かきたま汁	スティックゼリー	〃	かき氷	〃	ジャムトースト
●18	水	切り干し大根の炒め煮 ひじきの酢の物		〃	チーズケーキ	〃	かっぱえびせん
19	木	魚のバーベキュー風 大根サラダ 和風チャウダー		〃	せんべい	〃	バナナ
●20	金	春雨と肉のごま炒め 油揚げの酢の物		麦 茶	フルーチェ	〃	せんべい
21	土	運動会			お菓子		
23	月	チーズささみフライ かぼちゃサラダ 野菜スープ		ミルク	みたらし団子	牛 乳	ビスケット
24	火	魚の照り焼き 小松菜の煮びたし みそ汁		〃	ベジたべる	〃	ジャムトースト
●25	水	マーボー豆腐 ごぼうサラダ	バナナ	牛 乳	シスコーン	〃	サッポロポテト
26	木	ドライカレー スパゲッティサラダ		麦 茶	ソフール	〃	動物ポーロ
●27	金	肉じゃが 酢の物 納豆		ミルク	フレンチトースト	〃	バナナ
▲28	土	焼きそば わかめスープ		〃	バーベQ味	〃	野菜パー
30	月	親子丼 中華きゅうり おさ汁		〃	ラスク	〃	ビスケット
31	火	えび入りかき揚げ ごま和え すまし汁		〃	チョイス	〃	ジャムトースト

●：玄米給食の日

▲：麺類の日

◎：行事食の日

緑色の字：新メニュー

## ★ 調味料紹介 ★ ケチャップ・マヨネーズ



### 《ケチャップ》

(株)純正食品マルシンの有機トマトケチャップを使用しています。原材料は、有機トマト、有機砂糖、有機醸造酢、食塩、有機玉ねぎ、有機香辛料です。酸味より甘味が強いトマトケチャップです。

### 《マヨネーズ》

(株)創健社のべに花マヨネーズを使用しています。圧搾製法のべに花一番を使用しています。熱に強く酸化されにくい脂肪酸(オレイン酸)が60%含まれています。

両方とも、インターネットで購入することができます。

## 離乳食

### 成長につながる遊び食べ

離乳食に慣れてくると、食べものを自分でつかんだり、ぐちゃぐちゃにしたりする「遊び食べ」が始まります。これは食べものの感触を確かめ、自分で食べようとする意欲が出てきたサインです。床にシートを敷くなどの対策をして、成長の過程を見守りましょう。

