



給食だより



令和6年10月

日 曜		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	
1	火	豆腐とツナの卵とじ 切干大根の酢の物 みそ汁		ミルク	ココナッツサブレ	牛 乳	動物ボーロ	
●	2	水	ひじきの炒め煮 チップスサラダ	パイン缶	〃	チーズケーキ	〃	ジャムトースト
▲	3	木	スパゲティナポリタン コールスローサラダ		〃	キャラメルコーン	〃	サッポロポテト
●	4	金	筑前煮 酢の物		麦 茶	フルーチェ	〃	バナナ
5	土	運動会				お菓子		
7	月	ドライカレー スパゲッティサラダ		ミルク	たぬきおにぎり	〃	ビスケット	
8	火	鶏肉の甘酢がらめ ごま和え みそ汁		〃	ビスコ	〃	せんべい	
●	9	水	きんぴら炒め なます サバの照り焼き		〃	フライドポテト	〃	ジャムトースト
▲	10	木	焼きそば わかめスープ		〃	柿・動物ボーロ	〃	かっぱえびせん
●	11	金	春雨と肉のごま炒め 油揚げの酢の物		〃	ツナマヨパン	〃	バナナ
12	土	スパニッシュオムレツ かぼちゃサラダ 豆乳スープ		牛 乳	サッポロポテト	〃	ミレービスケット	
15	火	豚丼 キャベツの昆布和え すまし汁		ミルク	せんべい	〃	ビスケット	
●	16	水	切り干し大根の炒め煮 春雨の中華風サラダ		〃	お好み揚げ	〃	ジャムトースト
17	木	鶏肉のごまみそ焼き 中華きゅうり すまし汁		〃	ベジたべる	〃	野菜バー	
◎	18	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 ポテトサラダ コーンスープ	ぶどうゼリー	〃	マシュマロおこし	〃	動物ボーロ
▲	19	土	肉みそスパゲティ かきたま汁		〃	かっぱえびせん	〃	バナナ
21	月	魚フライ 大根サラダ 春雨スープ		〃	みたらし団子	〃	ビスケット	
22	火	カレー りんごと野菜のサラダ		麦 茶	ソフル	〃	せんべい	
●	23	水	鶏肉と厚揚げの味噌煮 ひじきの酢の物		ミルク	じゃがもち	〃	ジャムトースト
24	木	クリームシチュー マカロニサラダ	バナナ	〃	焼きとうもろこしクラッカー	〃	かっぱえびせん	
●	25	金	肉じゃが 納豆和え		〃	ピザ風パン	〃	ミレービスケット
▲	26	土	ちゃんぽん汁 ごま和え		〃	バーベQ味	〃	バナナ
28	月	中華丼 中華風コーンスープ		〃	ドーナツ	〃	ビスケット	
29	火	サバのみりん焼き 小松菜の煮びたし みそ汁		牛 乳	シスコーン	〃	動物ボーロ	
●	30	水	マーボー豆腐 ごぼうサラダ		ミルク	青のりポテトビーンズ	〃	ジャムトースト
▲	31	木	肉わかめうどん もやしの酢の物		〃	チョイス	〃	サッポロポテト

●：玄米給食の日 ▲：麺類の日 ◎：行事食の日

※白ごはんに、塩分補給の為、ごま塩、しそふりかけの使用を可とします。それ以外のふりかけはご遠慮下さい。



子どもに伝える食事のマナー

正しい姿勢

食べものをスムーズに胃や腸に入れるためには、正しい姿勢が大切です。テーブルに向かってまっすぐに立ち、いすに深く座ったら、テーブルとの間をこぶし1個分くらいあけます。背筋をまっすぐに伸ばし、両足はそろえて床につけます。足が床につかない場合は踏み台などを置き、その上に足を乗せます。食べ始めたら、ひじがテーブルにつかないように注意しましょう。



< 9月誕生会メニュー >

青葉の混ぜ込みおにぎり
千キン南蛮・マカロニサラダ
アンパンマンポテト・ミニトマト
おさ汁・オレンジゼリー