



給食だより



小袖保育園

令和元年10月31日発行

日	曜	未満児 おやつ 主食	献立名	おやつ
1	金	お茶 ビスケット	ご飯 ・ハンバーグ・大根サラダ・ゴマ和え・味噌汁・果物	牛乳 メロンパン
2	土	お茶 せんべい	パン ・パン・牛乳・バナナ	ヨーグルト(持参)
4	月	休園		☆文化の日☆
5	火	お茶 せんべい	ご飯 ☆愛情いっぱいお弁当の日☆・果物	ヨーグルト かりんとう
6	水	ゼリー	ご飯 ・たらフライ・野菜サラダ・かみかみ和え・味噌汁・果物	牛乳 ホットケーキ
7	木	牛乳 ビスケット	ご飯 ・ラーメン・厚揚げ炒め・納豆和え・ウインナー・果物	ジョア クッキー
8	金	ジョア クッキー	ご飯 ・親子煮・春雨サラダ・ひじき煮・味噌汁・果物	牛乳 ジャムパン
9	土	お茶 せんべい	パン ・パン・牛乳・バナナ	ヨーグルト(持参)
11	月	ゼリー	ご飯 ・鮭の塩焼き・ポテトサラダ・鮭缶和え・味噌汁・果物	お茶 焼き芋
12	火	牛乳 クッキー	ご飯 ・チキンカレー・水菜サラダ・なめ茸和え・スープ・果物	ヨーグルト ビスケット
13	水	ヤクルト	ご飯 ・まさご揚げ・豆腐サラダ・切干大根・味噌汁・果物	牛乳 ミニたい焼き
14	木	お茶 せんべい	ご飯 ・肉じゃが・れんこんサラダ・もやし和え・味噌汁・果物	ジョア ウエハース
15	金	牛乳 ビスケット	ご飯 七五三お祝い給食 炊き込みご飯・おでん ・春雨サラダ・ミートボール・果物	牛乳 さつま芋ロール
16	土	ジョア クッキー	パン ・パン・牛乳・バナナ	ヨーグルト(持参)
18	月	牛乳 バナナ	ご飯 ・レバー揚げ・野菜サラダ・三色お浸し・味噌汁・果物	お茶 たこ焼き
19	火	お茶 せんべい	ご飯 ・サバの塩焼き・マカロニサラダ・ひじき煮・味噌汁・果物	ヨーグルト ウエハース
20	水	ジュース	ご飯 ・うどん入り巾着・大根サラダ・土佐和え・味噌汁・果物	牛乳 蒸しパン
21	木	牛乳 ビスケット	ご飯 ・焼きそば・バンバンジー・わかめ和え・味噌汁・果物	ジョア ビスケット
22	金	牛乳 ビスケット	ご飯 ・麻婆豆腐・スパサラダ・ベーコンポテト・春雨スープ・果物	牛乳 ウインナーロール
23	土	休園		☆勤労感謝の日☆
25	月	牛乳 バナナ	ご飯 ・マカロニミート・卵サラダ・ブロッコリー・スープ・果物	お茶 フランクフルト
26	火	お茶 せんべい	ご飯 ・ホッケの塩焼き・ツナ和え・昆布煮・味噌汁・果物	ゼリー クッキー
27	水	果物	ご飯 ・焼き鳥・ポテトサラダ・かりぼり和え・味噌汁・果物	牛乳 ケーキ
28	木	牛乳 ビスケット	ご飯 ・揚げ出し豆腐・わかめ和え・切干大根・味噌汁・果物	ジョア ウエハース
29	金	ヨーグルト	ご飯 ・ドライカレー・枝豆サラダ・ゴマ和え・スープ・果物	牛乳 ミルクスティック
30	土	ジョア クッキー	パン ・パン・牛乳・バナナ	ヨーグルト(持参)

《給食のねらい》

☆感謝の気持ちを持って美味しく食べる。

☆正しい姿勢で、よく噛んで食べる。

10月もたくさんの方から給食材料の寄付をいただきました。ありがとうございました。どんどん寒くなっていく季節ですので寒さに負けない丈夫な体作りをしましょう!!

お知らせ

11月5日(火)は「愛情いっぱいお弁当の日」です。防火パレードで下村へ行きます。愛情いっぱいのお弁当の準備、お願いします。果物は保育園で用意します。

11月15日(木)は、七五三お祝い給食です。炊き込みご飯を作りますがお米は保育園で用意しますのでご飯、お米はいりません。お弁当箱は使いますので持って来てください。スプーン、フォークも使います。

かぜの予防をしっかりと

かぜのウイルスは冬の寒さと乾燥が大好き。そろそろ流行が気になります。日ごろから予防を心がけて、元気に冬を過ごしましょう!

かぜ予防6か条

- 1 うがい、手洗い
- 2 汗をかいたらすぐ着替え
- 3 バランスのよい食事
- 4 部屋の換気と加湿
- 5 規則正しい生活リズム
- 6 人込みを避ける