

月	火	水	木	金	土
					1
11月24日は「和食の日」です。 保育園では21日(金)の献立を和食にしています。 ☆献立は食材により変更することがあります。 ☆赤い字は新しいメニューです。				ちゅうしょく	ツナピラフ やさいソテー 
				10じのおやつ	むぎちゃ
				3じのおやつ	かし りんごジュース
				りにゅうしょく	やさしいりおかゆ にざかな
3	4	5	6	7	8
ぶんかのひ 	ごはん サワラのさいきょうやき こまつなのいためもの すましじる 	マーブルパン れんこんのはさみあげ ほうれんそうと しらすのあえもの コンソメスープ 	ねぎぶたごはん もやしのナムル みそしる 	ちゃんぽんめん さつまいものあまに ぶどうゼリー 	はっぴょうかい  おみやげに おかしがでる
10 ツナときのこのピラフ ブロッコリーと ベーコンのソテー みそしる 	11 しおラーメン ギョーザ ヨーグルト 	12 とりごもごごはん ほうれんそうと ツナのソテー みそしる 	13 ロールパン ジャーマンポテト わかめのあえもの コンソメスープ 	14 しちごさんランチ 	15 まぜごはん にもの 
スキムミルク クリームパン ぎゅうにゅう おかゆ・やさいに にざかな	スキムミルク かし ぎゅうにゅう くたくたうどん やさいに・ふに	スキムミルク プリン おかゆ・やさいに とうふに	スキムミルク パナナ ぎゅうにゅう おかゆ・やさいに ひきにくに	スキムミルク マドレーヌ ぎゅうにゅう おかゆ・やさいに ふに	むぎちゃ かし やさいジュース やさしいりおかゆ ふに
17	18	19	20	21	22
さけごはん きりぼしだいこんの にもの みそしる 	はいがロール チキンカツ はるさめの ちゅうかサラダ すましじる 	ミートソース スパゲティー ハッシュドポテト アップルコンポート コンソメスープ 	こめこパン クリームシチュー ブロッコリー コンソメスープ 	ごはん カレーのてりやき やさいとちくわの きんぴら みそしる 	ベーコンピラフ やさいソテー 
スキムミルク かし ぎゅうにゅう おかゆ・やさいに にざかな	スキムミルク ブルーベリー ヨーグルト おかゆ・やさいに とうふに	スキムミルク かぼちゃスコーン ぎゅうにゅう くたくたうどん やさいに・ひきにくに	スキムミルク ふかしいも ぎゅうにゅう おかゆ・やさいに ふに	スキムミルク キャラメルパン ぎゅうにゅう おかゆ・やさいに にざかな	むぎちゃ かし りんごジュース やさしいりおかゆ にざかな
24	25	26	27	28	29
ふりかえきゅうじつ 	ハヤシライス もやしのサラダ かきたまじる 	しおやきそば チキンナゲット ひとくちゼリー ちゅうかスープ	ロールパン さけのゴママヨネーズ やき にんじんサラダ コンソメスープ 	おやこどん つけもの みそしる 	ツナピラフ やさいサラダ 
	スキムミルク マロンケーキ ぎゅうにゅう おかゆ・やさいに ひきにくに	スキムミルク いちごクリームどらやき ぎゅうにゅう くたくたうどん やさいに・ふに	スキムミルク みかん おかゆ・やさいに にざかな	スキムミルク かし ぎゅうにゅう おかゆ・やさいに とうふに	むぎちゃ かし やさいジュース やさしいりおかゆ ふに

給食だより

千波保育園

〇給食室

～令和7年度 11月号～

長谷川・生井・富田・砂川

11月の目標

好き嫌いなく

バランス良く食べよう

肌寒い日が増え、秋があつという間に過ぎていきそうですね。

9月には秋のお楽しみ会、10月にはお月見と食物の収穫をお祝いし、秋の味覚を味わうことができました。これからは温かい食べ物や、冬野菜がおいしい季節になります。

給食でもどんどん取り入れていきたいと思います。

☆秋のお楽しみ会☆

9月30日に「秋のお楽しみ会」を行いました。
JAの方に協力して頂き、野外炊飯やポン菓子作りを間近で見ることができました。
また、プラム・ウズレティア・ローズ・サクラのみなさんには豚汁作りを手伝ってもらいました。
豚汁の具材の野菜等を切ったり、ちぎったりしてみんな楽しそうに行っていました。
豚汁にはたくさんの具材が入っています。栄養満点の豚汁を食べてみんな元気になりましたね☆
野外炊飯では新米が使われ、ツヤのあるおいしいお米が炊けました。
野外炊飯やポン菓子作りはなかなか体験できることではないので、とても新鮮でした。
このような体験を活かし、食の興味や関心・大切さを知ってもらえたらいいと思います。



☆お月見☆

今年の十五夜は10月6日でした。
保育園では手作りの団子と旬の食材、ススキをお供えしました。
みんなで豊作への祈願や収穫への感謝の気持ちを持ってお祈りしました。
その日の給食はうずらの卵を使い、お月様に見たたせてみました。
ご家庭ではどのような十五夜をお過ごししましたか？
11月には十三夜があります。
ご家庭でも家族みんなで秋の味覚を味わいながら、お月様を見るのもいいですね♪

