

日	曜	行事予定	卵使用有無	副 食	食 材	おやつ
1	日					
2	月		有	まさご揚げ・トマト・小松菜のおかか和え・果物	鶏ひき肉・木綿豆腐・たまねぎ・にんじん・しらす干し・卵／トマト／小松菜・にんじん・ちくわ・花かつお	牛乳・スティックパン
3	火		有	魚のコーンマヨネーズ焼き・胡瓜の塩もみ・豚汁・果物	白身魚・薄力粉・バター・マヨネーズ・クリームコーン缶・粉チーズ／きゅうり／豚もも肉・さつまいも・だいこん・にんじん・ねぎ・板こんにやく	牛乳・お菓子
4	水		有	厚焼き卵・付け合わせ・田舎煮・果物	鶏ひき肉・にんじん・たまねぎ・ねぎ・卵・煮干し／レタス／揚げ半・大根・ごぼう・にんじん・板こんにやく・煮メ昆布・煮干し	牛乳・カップケーキ
5	木	サッカー		ポークビーンズ・和風サラダ・果物	豚もも肉・大豆水煮・じゃがいも・たまねぎ・にんじん・グリーンピース・ケチャップ／カニ風味かまぼこ・きゅうり・ホールコーン缶・わかめ	お茶・ヨーグルト
6	金			あじの竜田揚げ・人参のグラッセ・小松菜のごま和え・果物	あじ・しょうが／にんじん・バター／小松菜・にんじん・白ごま	牛乳・お菓子
7	土		有	他人煮・生酢・果物	卵・牛もも肉・たまねぎ・にんじん・ねぎ・生椎茸・しめじ・糸こんにやく／かまぼこ・きゅうり・にんじん・わかめ	牛乳・棒チーズ・お菓子
8	日					
9	月					
10	火	英会話	有	スペインオムレツ・付け合わせ・マカロニサラダ・果物	ベーコン・たまねぎ・ピーマン・じゃがいも・にんにく・卵・バター・とろけるチーズ／レタス／マカロニ・きゅうり・ホールコーン・にんじん	牛乳・お菓子
11	水			鶏肉のマーマレード焼き・付け合わせ・みそ汁・果物	鶏もも肉・薄力粉・バター・オレングーマーマレード・レモン果汁／トマト／油揚げ・じゃがいも・にんじん・玉ねぎ・ねぎ・わかめ・煮干し	クロレラ・お菓子
12	木			カレー・和風サラダ・果物	牛もも肉・じゃがいも・たまねぎ・にんじん・グリーンピース・カレールー／わかめ・レタス・きゅうり・トマト・ホールコーン缶・白ごま	牛乳・棒チーズ・お菓子
13	金		有	白身魚の磯辺揚げ・ポイルキャベツ・じゃが芋のソテー・果物	白身魚・青のり粉・薄力粉・卵・ケチャップ・お好みソース／キャベツ・にんじん／ベーコン・じゃがいも・にんじん・ピーマン	牛乳・パタートースト
14	土	運動会				
15	日					
16	月		有	厚焼き卵・付け合わせ・田舎煮・果物	鶏ひき肉・にんじん・たまねぎ・ねぎ・卵・煮干し／レタス／揚げ半・大根・ごぼう・にんじん・板こんにやく・煮メ昆布・煮干し	牛乳・カップケーキ
17	火	誕生日会		芋ごはん・鶏のから揚げ・付け合わせ・和風サラダ・果物	米・さつまいも・出昆布／鶏もも肉・薄力粉／トマト／レタス・きゅうり・にんじん・ツナ缶・わかめ	カルビス・お菓子
18	水	たのしい音楽会		ポークビーンズ・和風サラダ・果物	豚もも肉・大豆水煮・じゃがいも・たまねぎ・にんじん・グリーンピース・ケチャップ／カニ風味かまぼこ・きゅうり・ホールコーン缶・わかめ	お茶・ヨーグルト
19	木	避難訓練		豆腐のあんかけ・そぼろ煮・果物	木綿豆腐・かに風味かまぼこ・たまねぎ・にんじん・ねぎ・えのき茸・干椎茸／鶏ひき肉・じゃがいも・たまねぎ・にんじん・グリーンピース	牛乳・お菓子
20	金	サッカー・身体測定	有	魚のコーンマヨネーズ焼き・胡瓜の塩もみ・豚汁・果物	白身魚・薄力粉・バター・マヨネーズ・クリームコーン缶・粉チーズ／きゅうり／豚もも肉・さつまいも・だいこん・にんじん・ねぎ・板こんにやく	牛乳・お菓子
21	土		有	他人煮・生酢・果物	卵・牛もも肉・たまねぎ・にんじん・ねぎ・生椎茸・しめじ・糸こんにやく／かまぼこ・きゅうり・にんじん・わかめ	牛乳・棒チーズ・お菓子
22	日					
23	月		有	まさご揚げ・トマト・小松菜のおかか和え・果物	鶏ひき肉・木綿豆腐・たまねぎ・にんじん・しらす干し・卵／トマト／小松菜・にんじん・ちくわ・花かつお	牛乳・スティックパン
24	火	英会話	有	スペインオムレツ・付け合わせ・マカロニサラダ・果物	ベーコン・たまねぎ・ピーマン・じゃがいも・にんにく・卵・バター・とろけるチーズ／レタス／マカロニ・きゅうり・ホールコーン・にんじん	牛乳・お菓子
25	水			カレー・和風サラダ・果物	牛もも肉・じゃがいも・たまねぎ・にんじん・グリーンピース・カレールー／わかめ・レタス・きゅうり・トマト・ホールコーン缶・白ごま	牛乳・お菓子
26	木			鶏肉のマーマレード焼き・付け合わせ・みそ汁・果物	鶏もも肉・薄力粉・バター・オレングーマーマレード・レモン果汁／トマト／油揚げ・じゃがいも・にんじん・玉ねぎ・ねぎ・わかめ・煮干し	クロレラ・お菓子
27	金		有	白身魚の磯辺揚げ・ポイルキャベツ・じゃが芋のソテー・果物	白身魚・青のり粉・薄力粉・卵・ケチャップ・お好みソース／キャベツ・にんじん／ベーコン・じゃがいも・にんじん・ピーマン	牛乳・ジャムサンド
28	土		有	焼きそば・かぼちゃの煮付・果物	焼きそば用そば・豚もも肉・キャベツ・たまねぎ・もやし・にんじん・ねぎ・ウスターソース・お好みソース・魚粉・青のり粉・卵／かぼちゃ・煮干し	牛乳・お菓子
29	日					
30	月			豆腐のあんかけ・そぼろ煮・果物	木綿豆腐・かに風味かまぼこ・たまねぎ・にんじん・ねぎ・えのき茸・干椎茸／鶏ひき肉・じゃがいも・たまねぎ・にんじん・グリーンピース	牛乳・お菓子
31	火	内科検診		あじの竜田揚げ・人参のグラッセ・小松菜のごま和え・果物	あじ・しょうが／にんじん・バター／小松菜・にんじん・白ごま	牛乳・お菓子

10月給食だより

ミルクもちにきなこをトッピング！😊



9月のおやつメニューのひとつ、「ミルクもち」。

おやつ 시간 にも、もっと食育として取り組めることは
ないかと考え、ゆりぐみ・すみれぐみの子どもたちは
自分たちできなこをトッピングすることにしました！



各グループの机に、きなこを入れたバットを置き、
自分のスプーンを使って、きなこをかけました。



「どれくらいかけようかな～？」と考えながら
きなこをかける子どもたち。



きなこをかけ終えたら、「自分で作った！」と
どこか誇らしそうな表情。

「自分で(きなこを)かけるの、楽しかった！」
「ミルクもちの時、またしたい！」
と教えてくれました。

大人にとっては「きなこをかけるだけ」に思えても、子どもたちにとっては特別なことなのですね。
今後も、子どもたちにとってもっと「食」を身近に感じられるような取り組みをしていきたいと思います。