



日	曜	行事予定	卵使用有無	副 食	食 材	おやつ
1	水			レモンチキン・人参の甘煮・スパゲティソース・果物	鶏もも肉・薄力粉・バター・レモン果汁/にんじん・煮干し/スパゲティ・たまねぎ・にんじん・ピーマン・ケチャップ	牛乳・お菓子
2	木	芋掘り	有	ツナ入り厚焼き卵・ブロッコリーの塩茹で・豚汁・果物	卵・ツナ缶・たまねぎ・にんじん・ねぎ・干椎茸/ブロッコリー・マヨネーズ/豚もも肉・木綿豆腐・さつまいも・だいこん・にんじん・ねぎ・しめじ・板こんにやく・味噌	牛乳・お菓子
3	金					
4	土		有	チャンポンメン・かぼちゃのグラッセ・果物	中華麺・豚もも肉・かまぼこ・卵・はくさい・たまねぎ・もやし・にんじん・ねぎ/かぼちゃ・バター	牛乳・お菓子
5	日					
6	月		有	キャベツバーグ・ブロッコリーの塩茹で・みそ汁・果物	牛挽肉・豚挽肉・木綿豆腐・たまねぎ・にんじん・キャベツ・卵・パン粉・牛乳・ウスターソース・お好みソース/ブロッコリー/油揚げ・そうめん・たまねぎ・にんじん・ねぎ・みそ・煮干し	牛乳・カスタードクリームサンド
7	火	英会話	有	ジャーマンオムレツ・トマト・生酢・果物	卵・鶏挽肉・じゃがいも・たまねぎ・にんじん・ピーマン・ケチャップ/トマト/きゅうり・にんじん・わかめ・白ごま	牛乳・お菓子
8	水	お庭屋さんごっこ	有	洋風がんもどき・レタス・かぼちゃの煮付・果物	木綿豆腐・ひじき・大豆水煮・キャベツ・にんじん・しらす干し・片栗粉・卵・お好みソース・ケチャップ/レタス・マヨネーズ/かぼちゃ・煮干し	牛乳・お菓子・棒チーズ
9	木	サッカー		シチュー・ツナサラダ・果物	鶏もも肉・じゃがいも・たまねぎ・にんじん・グリーンピース・ルウ・牛乳/ツナ缶・きゅうり・サリナスもやし・わかめ・白ごま	クロレラ・お菓子
10	金			【幼児】魚の焼き漬け【乳児】白身魚の煮付・ポイルキャベツ・大根の煮付・果物	【幼児】さば・ねぎ・しょうが【乳児】白身魚/キャベツ・にんじん/大根・にんじん・板こんにやく・揚半・煮干し	牛乳・ピーブ
11	土		有	親子煮・小松菜のごま和え・果物	卵・鶏肉・たまねぎ・にんじん・ねぎ・生椎茸・しめじ・糸こんにやく/小松菜・にんじん・ちくわ・白ごま	牛乳・お菓子
12	日					
13	月		有	かき揚げ・付け合わせ・みそ汁・果物	むきえび・さつまいも・たまねぎ・にんじん・グリーンピース・薄力粉・卵/きゅうり/油揚げ・だいこん・にんじん・ねぎ・わかめ・煮干し・味噌	牛乳・お菓子
14	火		有	白身魚のホイル蒸し・トマト・麻婆もやし・果物	白身魚・たまねぎ・えのき茸・ピーマン・マヨネーズ/トマト/サリナスもやし・豚挽肉・にんじん・たけのこ・ねぎ・干椎茸・赤みそ・片栗粉	牛乳・お菓子・棒チーズ
15	水	避難訓練	有	ツナ入り厚焼き卵・ブロッコリーの塩茹で・豚汁・果物	卵・ツナ缶・たまねぎ・にんじん・ねぎ・干椎茸/ブロッコリー・マヨネーズ/豚もも肉・木綿豆腐・さつまいも・だいこん・にんじん・ねぎ・しめじ・板こんにやく・味噌	牛乳・スイートポテト
16	木	歯科検診	有	すきやき風煮・ポテトサラダ・果物	牛もも肉・焼き豆腐・はくさい・たまねぎ・にんじん・ごぼう・ねぎ・糸こんにやく/じゃがいも・きゅうり・にんじん・ホールコーン缶・マヨネーズ	牛乳・お菓子
17	金		有	ジャーマンオムレツ・トマト・生酢・果物	卵・鶏挽肉・じゃがいも・たまねぎ・にんじん・ピーマン・ケチャップ/トマト/きゅうり・にんじん・わかめ・白ごま	お茶・ヨーグルト
18	土		有	チャンポンメン・かぼちゃのグラッセ・果物	中華麺・豚もも肉・かまぼこ・卵・はくさい・たまねぎ・もやし・にんじん・ねぎ/かぼちゃ・バター	牛乳・お菓子
19	日					
20	月	身体測定	有	キャベツバーグ・ブロッコリーの塩茹で・みそ汁・果物	牛挽肉・豚挽肉・木綿豆腐・たまねぎ・にんじん・キャベツ・卵・パン粉・牛乳・ウスターソース・お好みソース/ブロッコリー/油揚げ・そうめん・たまねぎ・にんじん・ねぎ・みそ・煮干し	牛乳・カスタードクリームサンド
21	火	英会話		【幼児】魚の焼き漬け【乳児】白身魚の煮付・ポイルキャベツ・大根の煮付・果物	【幼児】さば・ねぎ・しょうが【乳児】白身魚/キャベツ・にんじん/大根・にんじん・板こんにやく・揚半・煮干し	牛乳・ピーブ
22	水			牛肉ときのこのカレー・ツナサラダ・果物	牛もも肉・しめじ・エリンギ・じゃがいも・たまねぎ・にんじん・グリーンピース・ルウ/ツナ缶・きゅうり・サリナスもやし・わかめ・白ごま	クロレラ・お菓子
23	木					
24	金	誕生日会	有	ピラフ・チキンカツ・ブロッコリーの塩茹で・和風サラダ・果物	米・ベーコン・たまねぎ・にんじん・グリーンピース/鶏もも肉・薄力粉・卵・パン粉・ケチャップ/ブロッコリー/わかめ・レタス・シーチキン・きゅうり・ホールコーン缶・白ごま	カルピス・お菓子
25	土		有	親子煮・小松菜のごま和え・果物	卵・鶏肉・たまねぎ・にんじん・ねぎ・生椎茸・しめじ・糸こんにやく/小松菜・にんじん・ちくわ・白ごま	牛乳・お菓子
26	日					
27	月		有	かき揚げ・付け合わせ・みそ汁・果物	むきえび・さつまいも・たまねぎ・にんじん・グリーンピース・薄力粉・卵/きゅうり/油揚げ・だいこん・にんじん・ねぎ・わかめ・煮干し・味噌	牛乳・お菓子
28	火	サッカー		白身魚のホイル蒸し・トマト・麻婆もやし・果物	白身魚・たまねぎ・えのき茸・ピーマン・マヨネーズ/トマト/サリナスもやし・豚挽肉・にんじん・たけのこ・ねぎ・干椎茸・赤みそ・片栗粉	牛乳・お菓子・棒チーズ
29	水		有	洋風がんもどき・レタス・かぼちゃの煮付・果物	木綿豆腐・ひじき・大豆水煮・キャベツ・にんじん・しらす干し・片栗粉・卵・お好みソース・ケチャップ/レタス・マヨネーズ/かぼちゃ・煮干し	牛乳・スイートポテト
30	木		有	すきやき風煮・ポテトサラダ・果物	牛もも肉・焼き豆腐・はくさい・たまねぎ・にんじん・ごぼう・ねぎ・糸こんにやく/じゃがいも・きゅうり・にんじん・ホールコーン缶・マヨネーズ	牛乳・お菓子



# 給食だより

## 🍓 ジャムサンドづくり 🍓

子どもたちに、もっと「食」を身近に感じてほしいという願いをこめて、9月はおやつ「ミルクもち」にきなこをトッピングするという活動を行いました。子どもたちから「またしたい」という声も上がり、10月はジャムサンドづくりを楽しみました。子どもたちから、いちご、りんご、チョコ、ピスタチオ、ブルーベリー、のジャムが良いと声上がり、その中から、いちご、りんご、チョコの3つのジャムを用意しました。

その中から好きなジャムを選び、スプーンで塗って、それぞれジャムサンドを作りました。



ジャムやチョコクリームをなめて味見したり、顔についたり(それも経験！)



残ったチョコクリームを牛乳に入れたりして思い思いに楽しみました。



ジャムサンドを食べた後は、お皿やスプーンについたジャムやクリームを、きれいに洗いました。お片付けも大切なこと。

実際に自分で経験してみないと分からないことがたくさんあります。幼児期の今しかできないこともありますよね。

ぜひ、ご家庭でも子どもたちと一緒に「食」を楽しんでくださいね。