



10月 給食献立表



樋ヶ原ちどり保育園 平成28年10月1日

日	曜	3歳未満児 10時のおやつ	給食献立名	3時のおやつ
1	土		運動会 (ビスケット・ゼリー・りんごジュース)	
3	月	牛乳 バナナ	香味煮 青菜とちりめんの和え物 豆腐ナゲット 焼きのり	牛乳 お好み焼き
4	火	牛乳 プチスナック	鮭のちゃんちゃん焼き のっぺい汁 トマト 青菜のふりかけ	牛乳 小魚・こんがりサクサク
5	水	牛乳 乳ボーロ	豆腐とツナのハンバーグ スパゲティーソテー ブロッコリーの塩ゆで	牛乳 小倉カステラ
6	木	牛乳 シガーフライ	豚肉の生姜炒め 野菜とひじきの和え物 煮豆	牛乳 人参ゼリー
7	金	牛乳 プレーンビスケット	クリームシチュー フレンチサラダ ミートボール オレンジ	牛乳 ミニサラダ
8	土	牛乳 ビスケット	スパゲティーナポリタン バナナ	牛乳 ビスケット
11	火	牛乳 ルヴァン	鶏肉と里芋の炒め煮 ごまドレッシングサラダ 小魚三杯酢 納豆	牛乳 <small>3歳未満</small> アンパンマンソフトせんべい <small>3歳以上</small> 焼きもち
12	水	牛乳 プレミアムクラッカー	みそカツ グリーンポテト すまし汁	牛乳 ビタミンクッキー
13	木	牛乳 マンナ	鮭の塩焼き 切干大根の和風サラダ みそ汁	牛乳 ゆで栗・さやえんどう
14	金	牛乳 アスパラガス	すきやき丼 キャベツの甘酢味 もも缶	牛乳 ウエハース
15	土	牛乳 ビスケット	きつねうどん 小魚ごま風味 バナナ	牛乳 ビスケット
17	月	牛乳 プチスナック	香味煮 青菜とちりめんの和え物 ウインナー 焼きのり	牛乳 ぼたぼた焼き
18	火	牛乳 乳ボーロ	白身魚のちゃんちゃん焼き風 のっぺい汁 豆腐ナゲット	牛乳 りんごのボンファム風
19	水	牛乳 シガーフライ	お弁当の日	牛乳 ベジたべる
20	木	牛乳 バナナ	豚肉の生姜炒め 野菜とひじきの和え物 煮豆	牛乳 小倉カステラ
21	金	牛乳 プレーンビスケット	さつまいもご飯 秋鮭のみもじ焼き きのこと青菜のおかか和え トマト すまし汁 みかん	牛乳 カップケーキ
22	土	牛乳 ビスケット	ウインナーサンド ポトフ バナナ	牛乳 ビスケット
24	月	牛乳 ルヴァン	マーボー豆腐 華風和え しゅうまい	牛乳 マカロニあべかわ
25	火	牛乳 プレミアムクラッカー	鶏肉と里芋の炒め煮 ごまドレッシングサラダ 小松菜納豆 梨	牛乳 チーズ・おさつスナック
26	水	牛乳 マンナ	みそカツ グリーンポテト 小魚三杯酢 トマト	牛乳 ココナッツサブレ
27	木	牛乳 アスパラガス	さんまのかば焼き 切干大根の和風サラダ すまし汁 手作りふりかけ	牛乳 さつまいものオレンジ煮
28	金	牛乳 ウエハース	ポークカレーシチュー フレンチサラダ ゆで卵	牛乳 プチスナック
29	土	牛乳 ビスケット	きつねうどん 小魚ごま風味 バナナ	牛乳 ビスケット
31	月	牛乳 こんがりサクサク	豆乳汁 青菜のしらす和え ししゃもフライ りんご	牛乳 かぼちゃ蒸しパン



楽しいサツマイモ掘り

みんなで掘る楽しさや、とれたうれしさなど、自分で収穫したもののおいしさは格別です。また、葉っぱやつるのようす、土に埋まっているイモ、畑の土の感触、畑にいる虫など、たくさんのごとを観察して学べます。サツマイモもさまざまな大きさや形があります。掘ったサツマイモを「どうやって食べようか?」といっしょに考えるのも、楽しみのひとつです。育てる→収穫する→食べることは、子どもにとってかけがえのない体験になるでしょう。

ハロウィンって何?

10月31日のハロウィンはヨーロッパを起源とするお祭りで、秋の収穫を祝い悪霊を追い出すといわれています。ハロウィンに必ず登場するカボチャのちょうちんは、もともとカブをくり抜いたちょうちんだったものがアメリカでカボチャになったそうです。最近では日本でもパーティーなどが行われるようになりました。カボチャは甘味もあり、ビタミンAを豊富に含みます。カボチャをパイにしたり、プリンなどのおやつを作ったりすると、ハロウィンがいっそう盛り上がるでしょう。

