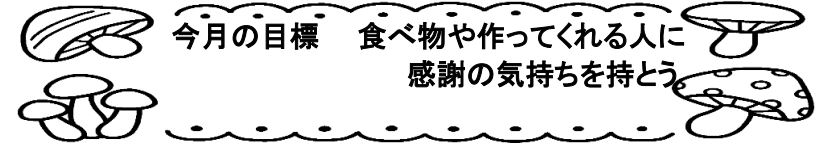




よていこんだて

令和元年度
末崎保育園



曜日	月	火	水	木	金	土		
日	4		5	6	7	8	9	
予定	振替休日			完全給食 低学年交流	お店屋さんごっこ うめっこひろば		おにぎりべんとうの日	
未満児主食	ごはん		ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	
屋食	<ul style="list-style-type: none"> ・さんまのおかか ・にびたし ・とうふのすまし ・くだもの 		<ul style="list-style-type: none"> ・ロールパン ・さつまいものシチュー ・ぱりぱりサラダ ・くだもの 	<ul style="list-style-type: none"> ・とりのからあげ ・じゃがいものにも ・キャベツのみそ ・くだもの 	<ul style="list-style-type: none"> ・とうふとツナのハンバーグ ・ひじきのマヨネーズサラダ ・わかめのみそ ・くだもの 	<ul style="list-style-type: none"> ・じゃがいものそぼろ ・ジャムパン ・ぎゅうにゅう 	おにぎりを持ってきてください。おかずはいりません。	
おやつ	ぎゅうにゅう りんごのむしケーキ		むぎちゃ ツナとこんぶのたきこみごはん	ヨーグルト ウエハース	ぎゅうにゅう あげパンふう			
日	11	12	13	14	15	16		
予定			完全給食					
未満児主食	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん		
屋食	<ul style="list-style-type: none"> ・にくみそ豆腐 ・こんにやくソテー ・エリンギのみそ ・くだもの 	<ul style="list-style-type: none"> ・かじきのみそやき ・かぼちゃサラダ ・なるとのすまし ・くだもの 	<ul style="list-style-type: none"> ・なっとうまき ・やさいタンメン ・あさづけ ・くだもの 	<ul style="list-style-type: none"> ・にくだんごあんかけ ・ばんさんすう ・なめこじる ・くだもの 	<ul style="list-style-type: none"> ・さばのみそ ・ほうれんそうのたまご ・まいたけのみそ ・くだもの 	<ul style="list-style-type: none"> ・コーンソテー ・あんパン ・ぎゅうにゅう 	<ul style="list-style-type: none"> ・あんパン ・ぎゅうにゅう 	
おやつ	のむヨーグルト にんじんむしパン	ぎゅうにゅう パナソフトクッキー	むぎちゃ こめこのりんごタルト	ぎゅうにゅう ブルーベリーサンド	むぎちゃ さつまいもごはん			
日	18	19	20	21	22	23		
予定			完全給食 誕生児参観			勤労感謝の日		
未満児主食	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん		
屋食	<ul style="list-style-type: none"> ・さといものそぼろ ・きりぼしだいこんのナムル ・しめじのみそ ・くだもの 	<ul style="list-style-type: none"> ・サーモンナゲット ・やさいのちゅうかあえ ・さつまいものみそ ・くだもの 	<ul style="list-style-type: none"> ・カレーライス ・ヨーグルトサラダ ・むぎちゃ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ぶたにくもちごめむし ・こんぶのいために ・はくさいのみそ ・くだもの 	<ul style="list-style-type: none"> ・にくじゃが ・キャベツのサラダ ・だいこんのみそ ・くだもの 			
おやつ	ぎゅうにゅう おからマフィン	ぎゅうにゅう ふのラスク	むぎちゃ おたのみデザート	のむヨーグルト クロワッサン	むぎちゃ くりおこわ			
日	25	26	27	28	29	30		
予定			完全給食					
未満児主食	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん		
屋食	<ul style="list-style-type: none"> ・なまあげのカレーそぼろ ・こぎつねサラダ ・えのきのみそ ・くだもの 	<ul style="list-style-type: none"> ・ぶたにくのケチャップやき ・マカロニサラダ ・こまつなのみそ ・くだもの 	<ul style="list-style-type: none"> ・にくみそどんぶり ・はるさめスープ ・くだもの 	<ul style="list-style-type: none"> ・とうふいりさつまあげ ・こんさいに ・もやしのみそ ・くだもの 	<ul style="list-style-type: none"> ・かみかみわふうハンバーグ ・ひじききんぴら ・とうふのみそ ・くだもの 	<ul style="list-style-type: none"> ・にゅうめん ・ゼリー 		
おやつ	ぎゅうにゅう さつまいものオレンジ	むぎちゃ こめこのおのみやき	むぎちゃ パンプディング	ぎゅうにゅう ビスケット	むぎちゃ かぼちゃケーキ			

※献立は都合により変更になる場合があります。

夕暮れがずいぶん早くなり、秋の深まりを感じます。昼は暖かいのですが、朝夕の冷え込みが強くなり、空気も乾燥してくるこの季節は風邪をひきやすくなります。朝ごはんをしっかりと食べ、体調管理に気をつけて元気に過ごしましょう。

献立紹介



10月18日(金) おやつ

- ・のむヨーグルト
- ・さつまいものむしまんじゅう

☆さつまいものむしまんじゅう(4人分)

- | | | |
|------------|------|---------------|
| ・さつまいも | 80g | 1. さつまいもとりんごを |
| ・りんご | 20g | 1cm角に切る。 |
| ・小麦粉 | 5.6g | 2. 1に小麦粉をまぶす。 |
| ・砂糖 | 24g | 3. ボールにAを混ぜ合 |
| ・水 | 36g | わせ、ふるったB、2 |
| ・小麦粉 | 28g | を加え、混ぜ合わせ |
| ・上新粉 | 28g | る。 |
| ・ベーキングパウダー | 2.8g | 4. 3を一人分ずつアル |
| ・塩 | 少々 | ミカップなどに入れ、 |
| | | 火が通るまで蒸す。 |

♡♡♡♡♡♡♡♡

「いただきます」の意味

「いただきます」は、ただ「食べます」という意味で言うのではなく、さまざまな動植物の「命をいただきます」という意味も込められています。心から感謝して、食事を始めましょう。

♡♡♡♡♡♡♡♡

「ごちそうさま」の意味
「ごちそう」の“ちそう”は漢字で“馳走”と書き、「馳け走る」といった意味をもっています。
食べ物には、食材を育てる人、収集・運搬する人、調理・盛り付けをする人など、たくさんの人がかかわっています。



そんな人々の働きに感謝して、心から「ごちそうさまでした」と言うのです。