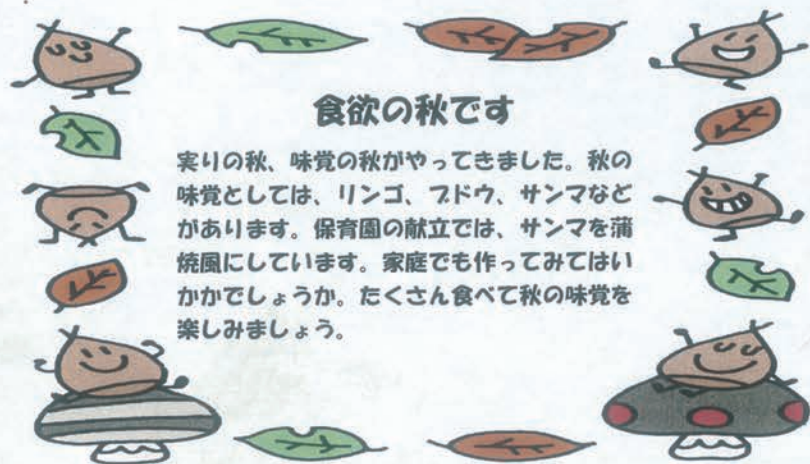


10 月



平成 24 年 10 月 1 日

織笠保育園

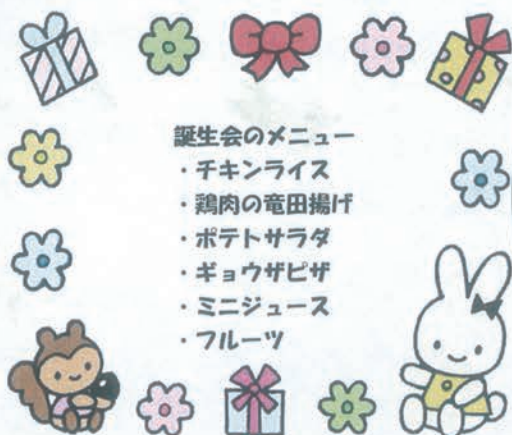


食欲の秋です

実りの秋、味覚の秋がやってきました。秋の味覚としては、リンゴ、ズドゥ、サンマなどがあります。保育園の献立では、サンマを蒲焼風にしています。家庭でも作ってみてはいいかでしょうか。たくさん食べて秋の味覚を楽しみましょう。

目標 なんでも食べて丈夫なからだをつくろう

朝食をしっかりと食べると、ウンチが出やすくなって、一日を元気にすごせます。「快食」「快眠」「快便」で、元気な体つくりを心がけましょう。



誕生会のメニュー

- ・チキンライス
- ・鶏肉の竜田揚げ
- ・ポテトサラダ
- ・ギョウザピザ
- ・ミニジュース
- ・フルーツ

あんなに暑かった夏も終わりに朝晩、涼しくなりました。運動会の合間に畑の野菜を持って来てくれます。白ナス・キュウリ・トマト・くり
お・い・し・いです

日	曜	午前おやつ (未満児)	昼 食	全園児午後のおやつ
			全 園 児	
1	月	牛乳・せんべい	マカロニグラタン・じゃが芋ソテー・塩もみ野菜・味噌汁・果物	牛乳・ビスケット
2	火	牛乳・ふかし芋	スパニッシュオムレツ・醤油フレンチ・味噌汁・果物	牛乳・セサミトースト
3	水	牛乳・卵ボーロ	鯖の竜田揚げ・ビーフン炒め・おかか和え・味噌汁・果物	牛乳・とんがりコーン
4	木	牛乳・マンナ	鶏肉のマーマレード焼き・野菜の卵とじ・味噌汁・果物・	牛乳・さつま芋のガレット
5	金	牛乳・クリームパン	さんまの蒲焼き風・大根サラダ・粉ふき芋・味噌汁・果物	ジョア・パイ菓子
6	土	牛乳・せんべい	ちゃんぽんうどん・100%オレンジジュース・キウイフルーツ	
7	日			
8	月			
9	火	牛乳・サラダせんべい	シューマイ・五目大豆煮・味噌汁・果物	牛乳・クッキー
10	水	メロン	麻婆豆腐・中華サラダ・さつま芋の天ぷら・牛乳・果物 (未満児・味噌汁)	牛乳・クリームパン
11	木	豆乳・クラッカー	魚の照り焼き・野菜炒め・味噌汁・果物	ヨーグルト
12	金	牛乳・あんパン	豚肉の生姜焼き・シルバーサラダ・芋レモン煮・味噌汁・果物	牛乳・サターアンダギー
13	土	牛乳・せんべい	スパゲッティナポリタン・コンソメスープ・りんご	
14	日			
15	月	牛乳・ブリッツ	松風焼き・五目きんぴら・浸し和え・味噌汁・果物	牛乳・チョコ蒸しパン
16	火	ヨーグルト	たらのパン粉焼き・炒合菜・味噌汁・果物	はちみつりんご・ビスケット
17	水	牛乳・えびせん	カレーシチュー・フレンチサラダ・ゆで卵・牛乳・果物・ (未満児・味噌汁)	牛乳・かりんとう
18	木	牛乳・バナナ	鯖のカレー焼き・せん切り野菜の炒め煮・味噌汁・果物	牛乳・りんごのケーキ
19	金	牛乳・ビスコ	スコッチエッグ・三色コールスロー・スパゲティソテー・味噌汁・果物	牛乳・小豆だんご
20	土	牛乳・せんべい	クリームシチュー・クロワッサン・オレンジ	
21	日			
22	月	牛乳・クッキー	揚げ豆腐・和風サラダ・味噌汁・果物	牛乳・ポップコーン
23	火	ぶどう	チーズハンバーグ・マカロニサラダ・即席漬け・味噌汁・果物	牛乳・ピザトースト
24	水	牛乳・卵ボーロ	鮭の塩焼き・きんぴらごぼう・ゆかり和え・味噌汁・果物	牛乳・山田せんべい
25	木	牛乳・ビスケット	誕 生 会	牛乳・ロールカステラ
26	金	フルーツヨーグルト	魚のマヨネーズ焼き・切干大根の煮物・ジャーマンポテト・味噌汁・果物	牛乳・チョコケーキ
27	土	牛乳・クラッカー	親子どんぶり・すまし汁・フルーツヨーグルト	
28	日			
29	月	牛乳・バナナ	炒り豆腐・スパゲティサラダ・味噌汁・果物	牛乳・ヨーグルト
30	火	牛乳・ビスケット	鶏肉のごまみそ焼き・筑前煮・すまし汁・果物	牛乳・マドレーヌ
31	水	牛乳・ビスコ	たこ天・春雨ソテー・さつま芋の甘煮・味噌汁・果物	ヨーグルト