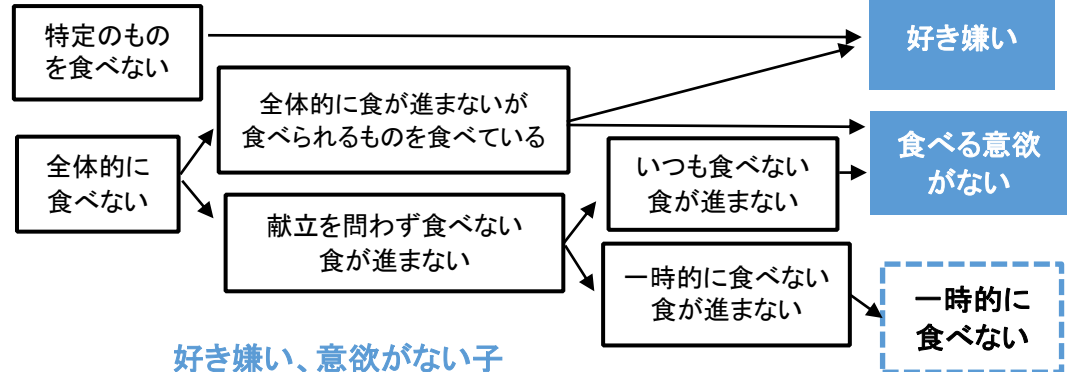


10月号～神無月～

今月の給食目標

うんどう会
がんばろう!!!

「食べない」をどう見極める？

最初に着目するポイントは「特定のものを食べない」のか
「全体的に食べない」のかです。

収穫・味覚・食欲の秋！

これから秋の果物・野菜・魚が出回ります。
季節の旬の食材には栄養が豊富に含まれていて、
保育園の給食には旬の食べ物をたくさん使っています。
秋の味覚を存分に味わって、
かぜなどに負けない体をつくりましょう。
保育園の年齢は旬の食べ物が美味しい事を本能的に
感じとる力と色彩感覚・歯ざわり等五感が育つ
大切な時期なのです。

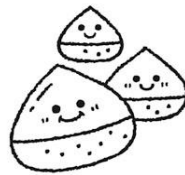
好き嫌い、意欲がない子

対策はその食材を繰り返し
目に触れる機会をふやし、美味しそうに食べる人を見せる。

一時的に食べない子

対策は睡眠時間と欠食状況の確認、活動にも意欲的に
取り組みめない可能性があるため。

献立予定表



2026. OCTOBER

日	曜	昼 食	3時のおやつ	10時のおやつ
1	木	麦ご飯 鶏の唐揚げ 伴三条 コーヤトーフのスープ	お野菜クラッカー	せんべい
2	金	かぼちゃロール ポークビーンズ マカロニサラダ コンソメスープ	丸ぼうろ	クッキー
3	土	うんどう会		チーズ
5	月	米粉ロール 厚揚げのミートソース 和風野菜和え ふわふわ卵スープ	お豆腐ブラウニー	ビスケット
6	火	わかめご飯 インド煮 春雨スープ りんご	シュガーラスク	ウエハース
7	水	麦ご飯 イワシの佃煮 切干大根の炒め煮 豆腐の味噌汁	プリン・せんべい	ビスコ
8	木	黒糖パン てりやきボール ポテトサラダ 中華スープ	オレンジケーキ	クッキー
9	金	ふりかけご飯 鶏のゴマみそ焼き 甘夏サラダ きこの味噌汁	きな粉クッキー	せんべい
10	土	太平燕 バナナ 牛乳		乳ボーロ
12	月	スポーツの日		ビスケット
13	火	テーブルロール 豚肉の香草パン粉焼き やみつきサラダ トマトスープ	つぶあんスコーン	ウエハース
14	水	麦ご飯 魚のもろみ漬焼き きんぴらごぼう 厚揚げの味噌汁	バームクーヘン	ビスコ
15	木	仲よしパン 肉みそスパゲティ 納豆オムレツ キャベツ 梨	チーズ蒸しパン	クッキー
16	金	ふりかけご飯 タンドリーチキン ほうれん草のミルキーサラダ すまし汁	のりものクッキー	せんべい
17	土	豚キム炒飯 ワカメのスープ 牛乳		チーズ
19	月	卵パン ミートボール 切干大根カレー炒め 豆乳チャウダー	きな粉おにぎり・いりこ	ビスケット
20	火	鉄分ご飯 鶏のマーマレード焼き ほうれん草のナムル トーフの卵スープ	カルシウムクラッカー	ウエハース
21	水	ふりかけご飯 魚のゴマゴマ焼き 大豆とひじきの炒め煮 青菜の味噌汁	フルーツヨーグルト	ビスコ
22	木	麦ご飯 のり塩チキン チャプチェ きこのスープ	おからケーキ	クッキー
23	金	誕)クロワッサン ピザバーグ ブロッコリーとひじきのサラダ ミックススープ ゼリー	さつまいもモンブラン	せんべい
24	土	秋のえんそく		乳ボーロ
26	月	麦ご飯 回鍋肉 けんちん汁	メロンパントースト	ビスケット
27	火	黒糖パン ミートソーススパゲティ スタミナチキンバー 小松菜の中華サラダ	鶏めしおにぎり・いりこ	ウエハース
28	水	カレーライス 野菜サラダ 漬物 りんご	カルピスゼリー・せんべい	ビスコ
29	木	青菜ご飯 すり身の磯香揚げ 栄養キンピラ わかめの味噌汁	たまご蒸しパン	クッキー
30	金	おばけパン ミイラシューマイ ブロッコリーツナマヨサラダ 南瓜シチュー	おばけマフィン	せんべい
31	土	クリームツイスト ポトフ 牛乳		チーズ

飲み物はパンの日は牛乳、ご飯の日は麦茶です。(もも・きい組はご飯の日も牛乳)

3時・10時のおやつには、牛乳が付きます。10時のおやつは3才未満児用です。

もも組は個々に合わせた離乳食です。材料の都合により献立が一部変更することがあります。