

11月の献立予定表と給食だより

ひまわり組・たんぽぽ組・すみれ組

吉田保育所

11月	月	火	水	木	金	土
日にち						1日
午前おやつ						
献立名						<ul style="list-style-type: none"> ・チンジャオロース ・中華スープ ・果物
午後おやつ						<ul style="list-style-type: none"> ・牛乳 ・せんべい（ぼたぼた焼き）
日にち	3日	4日	5日	6日	7日	8日
午前おやつ			・牛乳		・牛乳	
献立名	文化の日	<ul style="list-style-type: none"> ・揚げギョーザ ・切干大根の炒め煮 ・豚汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・ミートローフ ・ブロッコリーとバナナのサラダ ・舞茸汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・タラのオープン焼き ・ゴマ和え納豆 ・じゃが芋となめこのみそ汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・ハヤシライス ・ワカメサラダ 	<ul style="list-style-type: none"> ・厚揚げのみそ炒め ・かきたま汁 ・果物
午後おやつ		<ul style="list-style-type: none"> ・スキムミルク ・かあさんケット 	<ul style="list-style-type: none"> ・スキムミルク ・せんべい（黒糖みるく） 	<ul style="list-style-type: none"> ・スキムミルク ・せんべい（雪の宿） 	<ul style="list-style-type: none"> ・スキムミルク ・ホームパイ 	<ul style="list-style-type: none"> ・牛乳 ・せんべい（純米せんべい）
日にち	10日	11日	12日	13日	14日	15日
午前おやつ	・牛乳		・牛乳		・牛乳	
献立名	<ul style="list-style-type: none"> ・ポークピカタ ・春雨サラダ ・玉ねぎとえのきのみそ汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・鶏肉のゴマみそ焼き ・ほうれん草とよやしのナムル ・わかたけ汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・米粉のグラタン ・サラダ ・あさりのみそ汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・赤魚の照り焼き ・白菜ときゅうりの浅漬け ・もやしのみそ汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・カレー ・レタスサラダ 	お遊戯会
午後おやつ	<ul style="list-style-type: none"> ・スキムミルク ・おにぎりせんべい 	<ul style="list-style-type: none"> ・スキムミルク ・スイートポテト◆ 	<ul style="list-style-type: none"> ・スキムミルク ・ハーベスト 	<ul style="list-style-type: none"> ・スキムミルク ・せんべい（ハッピーターン） 	<ul style="list-style-type: none"> ・スキムミルク ・白い風船 	
日にち	17日	18日	19日	20日	21日	22日
午前おやつ	・牛乳		・牛乳		・牛乳	
献立名	<ul style="list-style-type: none"> ・マーマレード焼き ・もやしのさっぱりサラダ ・マーボー豆腐風スープ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ハムカツ ・パリパリサラダ ・豆乳スープ 	<ul style="list-style-type: none"> ・松風焼き ・カラフル納豆 ・すき焼き風スープ 	<ul style="list-style-type: none"> ・サバのカレー風味焼き ・チンゲン菜とベーコンのソテー ・なめこと豆腐のみそ汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・ハヤシライス ・ワカメサラダ 	<ul style="list-style-type: none"> ・野菜のかき揚げ ・ワンタンスープ ・果物
午後おやつ	<ul style="list-style-type: none"> ・スキムミルク ・エリーゼ 	<ul style="list-style-type: none"> ・スキムミルク ・ジャムサンド◆ 	<ul style="list-style-type: none"> ・スキムミルク ・かあさんケット 	<ul style="list-style-type: none"> ・スキムミルク ・せんべい（黒糖みるく） 	<ul style="list-style-type: none"> ・スキムミルク ・せんべい（雪の宿） 	<ul style="list-style-type: none"> ・牛乳 ・ホームパイ
日にち	24日	25日	26日	27日	28日	29日
午前おやつ			・牛乳		🎂お誕生日会 ・ご飯はいりません	
献立名	振替休日	<ul style="list-style-type: none"> ・唐揚げ甘辛煮 ・伴三絲 ・じゃが芋と白菜のみそ汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・肉みそ豆腐 ・コンニャクソテー ・大根と油揚げのみそ汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・タラのちゃんちゃん焼き ・きゅうりとコーンの和え物 ・豆腐のすまし汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・きのこたっぷり五目うどん ・かぼちゃの茶巾しぼり 	<ul style="list-style-type: none"> ・スタミナ炒め ・たけのこのスープ ・果物
午後		<ul style="list-style-type: none"> ・スキムミルク ・ラスク◆ 	<ul style="list-style-type: none"> ・スキムミルク ・せんべい（純米せんべい） 	<ul style="list-style-type: none"> ・スキムミルク ・おにぎりせんべい 	<ul style="list-style-type: none"> ・牛乳 ・ハーベスト 	<ul style="list-style-type: none"> ・牛乳 ・せんべい（ハッピーターン）

◆手作りおやつ ※付け合わせで、オレンジ・バナナなどの果物がつきます。 ※献立は都合により変更することがあります。



暦の上ではもう冬です

朝・夕の冷え込みが感じられるようになり、温かい食べ物がいっそうおいしく感じられる季節になりました。旬のさつまいも・れんこん・きのこなどを使ったメニューを取り入れ、季節の味覚を楽しめるようにしたいですね♪寒さが増し、体調を崩しやすい時期でもあるので、しっかり食べて元気に過ごせるようにしましょう！



家族が子どもと一緒に楽しく食事をする事の大切さ

食事への関心がある子どもとない子どもの違いは、家族との食事場面の違いに一つの要因がありそうです。家族が、あるいは保護者が子どもと一緒に会話をしながら、楽しく食事をする事が、子どもの食事への関心を高めるようです。子どもが家族などの親しい人と一緒に食事をする事を「共食」といいますが、これは、食事でおなか一杯になって満足するだけでなく、心も満足することにつながるようです。

子どもと一緒に楽しく食事をする時間を大切にしたいですね♪



11月の献立予定表と給食だより

つぼみ組 (0・1・2歳児)

吉田保育所

11月	月	火	水	木	金	土
日にち						1日
午前おやつ						・ヨーグルト
主食						・ご飯
献立名						・チンジャオロース ・中華スープ ・果物
午後おやつ						・牛乳 ・せんべい (ぼたぼた焼き)
日にち	3日	4日	5日	6日	7日	8日
午前おやつ		・ヨーグルト	・ヨーグルト	・ヨーグルト	・ヨーグルト	・ヨーグルト
主食		・ご飯	・ご飯	・ご飯	・ご飯	・ご飯
献立名	文化の日	・揚げギョーザ ・切干大根の炒め煮 ・豚汁	・ミートローフ ・ブロッコリーとバナナのサラダ ・舞茸汁	・タラのオープン焼き ・ゴマ和え納豆 ・じゃが芋となめこのみそ汁	・ハヤシライス ・ワカメサラダ	・厚揚げのみそ炒め ・かきたま汁 ・果物
午後おやつ		・牛乳 ・マヨパン◆	・牛乳 ・せんべい (黒糖みるく)	・牛乳 ・せんべい (雪の宿)	・牛乳 ・ホームパイ	・牛乳 ・せんべい (純米せんべい)
日にち	10日	11日	12日	13日	14日	15日
午前おやつ	・ヨーグルト	・ヨーグルト	・ヨーグルト	・ヨーグルト	・ヨーグルト	
主食	・ご飯	・ご飯	・ご飯	・ご飯	・ご飯	
献立名	・ポークピカタ ・春雨サラダ ・玉ねぎとえのきのみそ汁	・鶏肉のゴマみそ焼き ・ほうれん草ともやしのナムル ・わかたけ汁	・米粉のグラタン ・サラダ ・豆腐のみそ汁	・赤魚の照り焼き ・白菜ときゅうりの浅漬け ・もやしのみそ汁	・カレー ・レタスサラダ	お遊戯会
午後おやつ	・牛乳 ・おにぎりせんべい	・牛乳 ・スイートポテト◆	・牛乳 ・ハーベスト	・牛乳 ・せんべい (ハッピーターン)	・牛乳 ・白い風船	
日にち	17日	18日	19日	20日	21日	22日
午前おやつ	・ヨーグルト	・ヨーグルト	・ヨーグルト	・ヨーグルト	・ヨーグルト	
主食	・ご飯	・ご飯	・ご飯	・ご飯	・ご飯	・ご飯
献立名	・マーマレード焼き ・もやしのさっぱりサラダ ・マーボー豆腐風スープ	・ハムカツ ・パリパリサラダ ・豆乳スープ	・松風焼き ・カラフル納豆 ・すき焼き風スープ	・サバのカレー風味焼き ・チンゲン菜とベーコンのソテー ・なめこと豆腐のみそ汁	・ハヤシライス ・ワカメサラダ	・野菜のかき揚げ ・ワンタンスープ ・果物
午後おやつ	・牛乳 ・エリーゼ	・牛乳 ・ジャムサンド◆	・牛乳 ・かあさんケット	・牛乳 ・せんべい (黒糖みるく)	・牛乳 ・せんべい (雪の宿)	・牛乳 ・ホームパイ
日にち	24日	25日	26日	27日	28日	29日
午前おやつ		・ヨーグルト	・ヨーグルト	・ヨーグルト	・ヨーグルト	・ヨーグルト
主食		・ご飯	・ご飯	・ご飯	お誕生日会・麺	・ご飯
献立名	振替休日	・唐揚げ甘辛煮 ・伴三絲 ・じゃが芋と白菜のみそ汁	・肉みそ豆腐 ・コンニャクソテー ・大根と油揚げのみそ汁	・タラのちゃんちゃん焼き ・きゅうりとコーンの和え物 ・豆腐のすまし汁	・きのこたっぷり 五目うどん ・かぼちゃの茶巾しぼり	・スタミナ炒め ・たけのこのスープ ・果物
午後おやつ		・牛乳 ・ラスク◆	・牛乳 ・せんべい (純米せんべい)	・牛乳 ・おにぎりせんべい	・牛乳 ・ハーベスト	・牛乳 ・せんべい (ハッピーターン)

◆手作りおやつ ※付け合わせで、オレンジ・バナナなどの果物がつきます。 ※献立は都合により変更することがあります。

🍂🍁🌰🍄🍂🍁🌰🍄🍂🍁🌰🍄🍂🍁🌰🍄 暦の上ではもう冬です

朝・夕の冷え込みが感じられるようになり、温かい食べ物がいっそうおいしく感じられる季節になりました。
旬のさつまいも・れんこん・きのこなどを使ったメニューを取り入れ、季節の味覚を楽しめるようにしたいですね♪
寒さが増し、体調を崩しやすい時期でもあるので、しっかり食べて元気に過ごせるようにしましょう！



家族が子どもと一緒に楽しく食事をすることの大切さ



食事への関心がある子どもとない子どもの違いは、家族との食事場面の違いに一つの要因がありそうです。家族が、あるいは保護者が子どもと一緒に会話をしながら、楽しく食事をするのが、子どもの食事への関心を高めるようです。子どもが家族などの親しい人と一緒に食事することを「共食」といいますが、これは、食事でおなか一杯になって満足するだけでなく、心も満足することにつながるようです。



子どもと一緒に楽しく食事をする時間を大切にしたいですね♪