

# 11月 給食の献立

みなみ保育園

TEL 24-1046・25-4253

FAX 35-1271 作成 管理栄養士 鈴木

## 完全給食日のお知らせ

完全給食 11月 13日(金)

お誕生日会 27日(金)

3歳以上児さんは主食はいりません。また、11月13日(金)完全給食にカレーライスが出ます。うさぎ・ばんだ・きりんぐみさんは、名前を付けたスプーンを持ってください。



| 日・曜    | 3時間食  |            | 3歳未満児                                 |        |
|--------|-------|------------|---------------------------------------|--------|
|        |       |            | 3歳以上児                                 |        |
| 2日(月)  | 牛乳    | おせんべい      | すり身ハンバーグ キャベツのおかか和え みそ汁(なめこ・長葱) りんご   | ごはん    |
| 4日(水)  | 牛乳    | クッキー       | きつねうどん 白菜と炒り卵の和え物 チーズ バナナ             | 梅干おにぎり |
| 5日(木)  | 牛乳    | ♡甘納豆マフィン   | マーボー豆腐 きゅうりとちくわの和え物 すまし汁(たまご・ねぎ) パイン  | ごはん    |
| 6日(金)  | 牛乳    | コアラのマーチ    | 鮭のムニエル 切干大根の煮つけ みそ汁(白菜・油揚げ) オレンジ      | ごはん    |
| 7日(土)  | 牛乳    | おせんべい      | 焼きそば コールスローサラダ わかめスープ オレンジ            | クロワッサン |
| 9日(月)  | 牛乳    | かりんとう      | 大根の味噌煮 マカロニサラダ すまし汁(豆腐・わかめ) バナナ       | ごはん    |
| 10日(火) | 牛乳    | ポッキー       | みそラーメン 中華風の酢の物 チーズ りんご                | 梅干おにぎり |
| 11日(水) |       | ♡フルーツヨーグルト | チキンカツ ポテトサラダ みそ汁(はんぺん・長ねぎ) オレンジ       | ごはん    |
| 12日(木) | 牛乳    | 鈴かすてら      | 豚肉と厚揚げの煮物 小松菜のフレーク和え みそ汁(たまご・わかめ) バナナ | ごはん    |
| 13日(金) | 完全給食  | 牛乳・おせんべい   | カレーライス バンサンスウ コンソメスープ 柿               |        |
| 14日(土) | 牛乳    | クッキー       | スペイン風オムレツ 野菜サラダ コンソメスープ りんご           | バターロール |
| 16日(月) | 牛乳    | かっぱえび      | 鶏肉のチーズパン粉焼き 大根きんぴら みそ汁(じゃがいも・わかめ) バナナ | ごはん    |
| 17日(火) | 牛乳    | クッキー       | かしわうどん 小松菜とひじきのサラダ チーズ オレンジ           | 梅干おにぎり |
| 18日(水) | 牛乳    | ♡ココア蒸しパン   | 親子煮 キャベツのなめ茸和え みそ汁(豆腐・わかめ) りんご        | ごはん    |
| 19日(木) | 牛乳    | おとっと       | 煮しめ コロコロサラダ みそ汁(はんぺん・長ねぎ) バナナ         | ごはん    |
| 20日(金) | 牛乳    | クッキー       | 豆腐入りさつま揚げ 切干大根の胡麻和え みそ汁(キャベツ・人参) みかん  | ごはん    |
| 21日(土) | 牛乳    | ビスケッツ      | スパゲッティナポリタン 野菜サラダ わかめスープ りんご          | クロワッサン |
| 24日(火) | 牛乳    | おせんべい      | かきたまそうめん ほうれん草の白和え チーズ パイン            | 梅干おにぎり |
| 25日(水) | 牛乳    | ♡バナナマフィン   | 炒り鶏 きゅうりとわかめの酢の物 みそ汁(たまご・ねぎ) りんご      | ごはん    |
| 26日(木) | 牛乳    | とんがりコーン    | 煮魚(ほっけ) 白菜の胡麻和え 大根汁 オレンジ              | ごはん    |
| 27日(金) | お誕生日会 | プリン・おせんべい  | 三色丼 春雨の酢の物 みそ汁(豆腐・しめじ) みかん            | ごはん    |
| 28日(土) | 牛乳    | ビスケッツ      | 焼きぎょうざ さつまいもサラダ たまごスープ(たまご・玉ねぎ) りんご   | バターロール |
| 30日(月) | 牛乳    | クッキー       | かぼちゃコロッケ スパゲティサラダ みそ汁(白菜・油揚げ) バナナ     | ごはん    |

●牛乳(乳製品・ヨーグルト)などは3時のおやつ時に出来ます(献立によって乳製品が重なってしまう日を除く)が、土曜日は給食に牛乳が付きません。

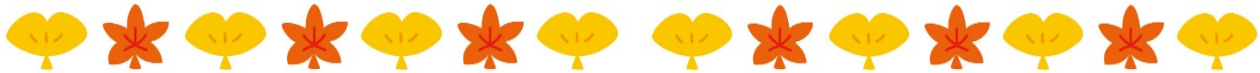
●献立は予告なく変更する場合があります。

●♡印は手作りおやつです



# 食育だより

寒くなってくると気をつけたいのが風邪やインフルエンザ・ノロウイルスそしていまだ、終息の見えない新型コロナウイルスですが、園では、うがい・手洗いを徹底していきます。ご家庭でもうがい・手洗い方法を再確認してみてください。



## 1. 給食献立・食育だよりは？

- 親だけ見ている
- お子さんと一緒に見る
- 見ない（見ないという回答はありませんでした。）  
(回答の多い順に)

## 2. 家庭でのお子さんの様子をお聞かせください。

- 食事・料理に興味がある
- 手伝いをしてくれる
- 給食について話しをしてくれる  
(メニューやおやつについて話しをしてくれるなど)
- あまり食に関心がない (4件あり)  
(回答の多い順に 複数回答あり)

### ♡朝食について 主食は何を食べていますか？

- ごはん
  - パン
  - その他（シリアルなど）
  - めん類（うどんなど）
  - 春雨 (回答の多い順に 複数回答あり)
- ★朝食を食べない という回答はありませんでした。

### ♡お子さんの朝食のおかずでよく食べる物・好きな物は何ですか？

- 卵料理（卵かけ御飯・目玉焼き・玉子焼き・茹で卵）  
ウインナー・ハム・ベーコン・ソーセージ・納豆・ふりかけ・鮭・鮭フレーク・チーズ・ヨーグルト・カニカマ  
しらす・いくら・ナゲット・唐揚げ・コロケ・ポテト  
大学いも・ミニトマト・アメリカンドック・ワッフル  
ミートボール・つくね・肉・ブロッコリーの胡麻和え  
カニカマと野菜炒め・玉葱と椎茸とウインナーの炒め物  
焼きのり・のり佃煮・南瓜の煮物・焼き魚・お茶漬け  
おにぎり・みそ汁・果物（バナナ・みかん）など  
(回答の多い順に 複数回答あり)

### ♡アンケートのお礼♡

何かとお忙しい時期とは思いますが、多くのご家庭より回答を頂きまして、ありがとうございました。  
お子さんが食欲のない朝も色々と工夫して食事を用意されている事・食べやすさや栄養バランスも考えて乳製品や果物を用意している事はなどとても素晴らしいなと思いました。アンケートの意見・要望も取り入れながらよりよい給食作りをしていきたいと思っております。  
本当にありがとうございました。 栄養士 鈴木

