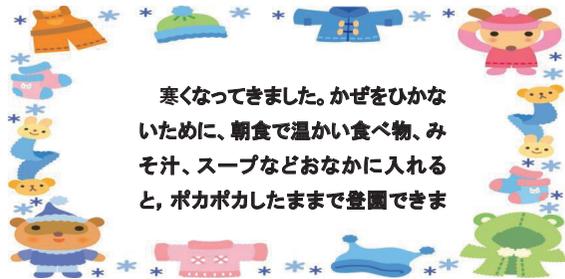




11がつこんだて

平成 29 年 11 月 1 日 山田町第一保育所

いろいろなあじをおぼえよう



寒くなってきました。かぜをひかないために、朝食で温かい食べ物、みそ汁、スープなどおなかに入れると、ポカポカしたままで登園できます

ヌルヌル食品

ヌルヌル食品が、インフルエンザ予防に役立つ食べ物とされています。納豆、オクラ、など。保育園で子ども達が大好きなレシピを紹介します。・・・**五目納豆**・・・

- ・ひきわり納豆
 - ・あさり缶
 - ・人参 イチョウ切りにして茹でる
 - ・小松菜 1cmに切り茹でる
- 醤油で和える お家で作ってみて下さい

今月の予定

- ・ 1 日 (水)内科健診・地域連携避難訓練
- ・ 9 日 (木)就学児健康診断
- ・ 10 日 (金)誕生会
- ・ 22 日 (水)以上児おゆうぎ会総練習
- ・ 24 日 (金)未満児おゆうぎ会総練習



誕生会メニュー10日(金)

- *ミッフィーライス
- *ミートローフ
- *ブロッコリーと卵サラダ
- *フライドポテト
- *スープ
- *フルーツ



★お着せつ、おしぼりはきれいにして持たせて下さい。

★食材の都合により献立を変更する場合があります。ご了承下さい

日	曜	午前おやつ (未満児)	昼 食		全園児午後のおやつ	栄養価	
			全 園 児			未満児	以上児
1	水	牛乳・ウエハース	鮭のちゃんちゃん焼き・ちくわのカレー揚げ・五目納豆・すまし汁・バナナ		牛乳・えびせん	505	530
2	木	牛乳・とんがりコーン	豚肉のごまだれ焼き・レンコンサラダ・枝豆・キャベツの味噌汁・みかん		牛乳★手作りパン	530	580
3	金		文 化 の 日				
4	土	牛乳・動物クッキー	タコライス・乳酸飲料・みかん		麦茶・お菓子		
5	日						
6	月	牛乳・バナナ	タラのカレー天ぷら・ツナ和え・枝豆・豆腐の味噌汁・みかん		牛乳★パウンドケーキ	481	510
7	火	牛乳・プリッツ	カレーライス・グリーンサラダ・茹で卵・トマト・スープ・オレンジ		牛乳・ビスケット	540	563
8	水	牛乳・えびせん	擬製豆腐・春雨ソテー・トマト・大根の味噌汁・柿		牛乳★チーズ蒸しパン	479	530
9	木	牛乳・とんがりコーン	鶏肉のソース焼き・マカロニサラダ・きゅうり和え・高野豆腐の味噌汁・バナナ		牛乳とんがりコーン	500	530
10	金	牛乳・ミニパン	誕 生 会		R-1 ヨーグルト・ウエハース	578	610
11	土	ミニジュース・ビスコ	中華丼・100%ジュース・みかん		麦茶・お菓子		
12	日						
13	月	牛乳・ビスコ	タラのパン粉焼き・大豆とウインナーのケチャップ煮・しょうゆフレンチ・すまし汁・オレンジ		フルーツゼリー	480	580
14	火	牛乳・サブレ	麻婆豆腐・涼伴三条・ブロッコリーおほかね和え・スープ・グレープフルーツ		ヨーグルト・ウエハース	460	490
15	水	フルーツヨーグルト	鶏肉のから揚げ・かぼちゃサラダ・お浸し・大根の味噌汁・オレンジ		牛乳・せんべい★ミルク飴	502	538
16	木	牛乳・バナナ	魚の煮物・ピーマンソテー・さつま芋の天ぷら・若布の味噌汁・柿		牛乳・クッキー	450	500
17	金	牛乳・さつぽろポテト	鶏肉の甘辛煮・和風サラダ・かぼちゃのいとこ煮・白菜の味噌汁・りんご		牛乳★山田せんべい餅	460	541
18	土	ミニジュース・動物クッキー	きのこスパゲッティー・100%ジュース・バナナ		麦茶・お菓子		
19	日						
20	月	牛乳・オレンジ	サバの黄金焼き・野菜炒め・トマト・豆腐の味噌汁・バナナ		牛乳★サーターアンダギー	508	530
21	火	牛乳・とんがりコーン	たこ天・フレンチサラダ・ジャーマンポテト・ニラ卵汁・りんご		牛乳・クラッカー	420	460
22	水	牛乳・プリッツ	チーズハンバーグ・スパゲッティーソテー・添えブロッコリー・スープ・グレープフルーツ		牛乳★しょうゆ団子	490	532
23	木		勤 労 感 謝 の 日				
24	金	牛乳・動物クッキー	鮭の塩焼き・若布と卵のソテー・かぼちゃの天ぷら・豚汁・みかん		牛乳★アメリカンドック	499	546
25	土	牛乳・ミニパン	焼きそば・乳酸飲料・バナナ		麦茶・お菓子		
26	日						
27	月	牛乳・ジャムパン	サバの竜田揚げ・ヤングコーンの彩炒め・茹でブロッコリー・なめこ汁・バナナ		牛乳★スイートポテト	510	532
28	火	牛乳・オレンジ	エビグラタン・ポテトサラダ・トマト・スープ・みかん		ヨーグルト・リッツ	502	532
29	水	牛乳・おととつと	鮭のコーン焼き・千切り野菜の炒め物・ごま和え・豆腐の味噌汁・りんご		牛乳★チョコ蒸しパン	480	499
30	木	牛乳・ミニパン	チキンカツ・スパゲッティーサラダ・野菜和え・厚揚げの味噌汁・オレンジ		ヨーグルト・クッキー	501	523