

◎今月の給食目標：感謝の気持ちをもって
食べようね

11月の給食献立表

★12日のお誕生日会は、
ホットサンド、ポトフ、バナナ
おやつは、さつま芋モンブラン
です。

曜	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜
日	1日・15日	2日・16日	17日	4日・18日	5日・19日	6日・20日
給食	さつま芋とちくわの天ぷら おかか和え みそ汁	きんぴらレンコン すまし汁	豚肉と長ネギの 炒め物 みそ汁	海老のマヨネーズ炒め スープ	芋ごはん 鮭のホイル焼き みそ汁	野沢菜チャーハン スープ
10時	スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク
3時	牛乳 みかん ハッピーターン	牛乳 焼き芋	牛乳 ポップコーン	牛乳 野菜とチーズの スコーン	牛乳 アップルぎょうざ	お菓子

★12日(金)は、お誕生日会です。(作品展準備で遊戯室を使うため早くなります)

曜	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜
日	8日・22日	9日	10日・24日	11日・25日	12日*・26日	13日・27日
給食	きのこの炊き込みごはん サツマイモと いりの煮物 すまし汁	シシャモ 海苔和え みそ汁	鶏レバーの生姜煮 かぼちゃサラダ すまし汁	白身魚のあんかけ みそ汁	干草焼き 和え物 すまし汁	きつねうどん バナナ
10時	スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク
3時	牛乳 ホットカナッペ	牛乳 黒みつだんご	牛乳 さつま芋ケーキ	牛乳 柿・かりんとう (乳児はバナナ)	牛乳 サツマイモの バターソテー	お菓子

きゅうしょくしつより

《 みんな だいすき サツマイモ! 》

今年も幼児組のこどもたちが、おいもほりてたくさんのサツマイモを
収穫してくれました。
サツマイモには、ビタミンやカリウム、食物繊維などが、多く含まれています。
なかでも食物繊維は、腸内の善玉菌を増やして、おなかの調子を整える働きがあり、
便秘の予防にも役立ちます。
今月の献立には、そんな食物繊維たっぷりのサツマイモをたくさん取り入れています。
食事にもおやつにも使えるサツマイモ! 今が旬のこの時期にご家庭でも食べる機会を増やしてみてください。



◎ 新米の季節です。 お米を食べて、寒さに負けない体をつくりましょう!