



のきゅうしょくこんだて



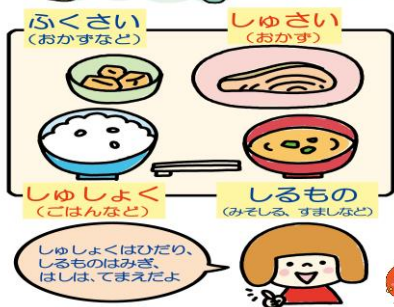
令和4年 10月1日 六合保育園

月	火	水	木	金	土
					1 <運動会>
3 鶏肉のマーマレード焼き 蓮根サラダ ミネストローネ 牛乳・蒸しパン	4 鶏肉と大豆の煮物 切干大根の味噌汁 フルーツ ツナと昆布のおにぎり	5 魚ロッケ ひじきの酢のもの 麩のすまし汁 水ようかん・せんべい	6 焼きビーフン 中華かき玉汁 手作りふりかけ(ごま) 牛乳・スコーン	7 鯖の塩焼き マカロニサラダ ちゃんぽん味噌汁 牛乳・ジャムサンドクラッカー	8 ビーフカレー ハリハリ漬け ビスケット
10 <体育の日> 	11 鯖の味噌煮 人参サラダ のっぺい汁 オレンジ寒天・クラッカー	12 麻婆豆腐 バンサンスー フルーツ 牛乳・ふかし芋	13 ちゃんぽん 味噌マヨ和え 鶏そぼろ フルーツヨーグルト	14 車麩のフライ ほうれん草の香り和え 豚汁 牛乳・ラスク	15 きのこシチュー ひじきの炒め煮 せんべい
17 すき焼き 大根サラダ フルーツ 牛乳・揚げパン	18 鱈のフライ 和風サラダ もずく汁 お好み焼き	19 おでん 鉄分たっぷりサラダ 牛乳・バナナ	20 カレーうどん コールスローサラダ 昆布の佃煮 牛乳・味噌マドレーヌ	21 つみいれ汁 蓮根の土佐煮 ちりめん納豆 さつま芋とりんごの重ね煮	22 豚じゃが 胡麻酢和え 丸ポーロ
24 団子汁 厚揚げのそぼろあんかけ フルーツ 牛乳・あべかわマカロニ	25 鮭のムニエル ポパイサラダ けんちん汁 わかめおにぎり	26 ひじき入りオムレツ わかめとしらすの酢の物 豆腐の味噌汁 牛乳・コーンフレーク	27 ナポリタン ツナサラダ 手作りふりかけ(おかか) 芋ぜんざい	28 根菜の胡麻味噌煮 はんぺんのすまし汁 栄養納豆 牛乳・アップルパイ	29 ハヤシライス 切干大根の炒め煮 クラッカー

31 BBQチキン ビーフンサラダ わかめの味噌汁 牛乳・ハロウィンケーキ

※材料購入の都合上、献立を変更する可能性があります。予めご了承ください。

しよっきのならべかた



※左利きの場合は、反対になります。

夏野菜、たくさん収穫しました!

園で栽培した胡瓜は、63本、ミニトマトは、た〜くさん収穫しました。初収穫はやっぱり素材の味を味わってほしくて、そのまま食べて、2回目からは、みんなで食べられるように、サラダなど中に入れました。ミニトマトも、のどに詰まらないように、半分にカットして頂きました。

おやつで提供しているせんべいとクラッカーは、添加物が少ない安心、安全なお菓子です。

食欲の秋到来!

今年の夏は本当に暑かったですね。体を冷やす食べ物をたくさん食べているので、これから寒い冬に向けて、温める食材(根菜類)を多く取り入れ、移り変わりゆく気候に合わせて、給食も変えていきたいと思ひます。