



こんだてひょう(3.4.5歳児)

- ・食材調達の都合上、調理方法や食材をかえて提供する事があります。
- ・午前に牛乳が提供されます。
- ・主食にご飯または麺が提供されます。

【目標】 よくかんで たべよう

だしのこ園

月	火	水	木	金	土
2 ☆鮭こうじ漬焼き ☆金平ごぼう ☆きやべつごま和え ☆果物 ☆みそ汁 ☆かき	3 文化の日  ☆麦茶 ☆マロンワッフル	4 ☆ヒレカツ ☆キャベツソテー ☆大根の中華サラダ ☆果物 ☆みそ汁 ☆麦茶 ☆マロンワッフル	5 ☆親子煮 ☆さつまいも天ぷら ☆ほうれん草おかか和え ☆果物 ☆みそ汁 ☆麦茶 ☆豆乳ラスク	6 ☆かわいい甘酢あんかけ ☆じゃがいもコンソメ煮 ☆ゆでブロッコリー ☆果物 ☆ウィンナースープ ☆十勝ヨーグルト	7 ☆ホタテ風味フライ ☆鶏肉とブロッコリーマーボー炒め ☆きゅうりのマリネ ☆果物 ☆スープ ☆麦茶 ☆りんごタルト
9 ☆鶏肉ねぎ味噌焼き ☆八宝菜 ☆トマト ☆果物 ☆すまし汁 ☆麦茶 ☆フレンチトースト	10 ☆さばの竜田揚げ ☆豚肉と大根煮物 ☆きゅうり酢の物 ☆果物 ☆みそ汁 ☆みかん	11 ☆ハヤシライス ☆プレーンオムレツ ☆コールスローサラダ ☆果物 ☆麦茶 ☆カスタードの蒸しパン	12 ☆赤魚つけ焼き ☆焼き肉風炒め ☆中華サラダ ☆果物 ☆もずくスープ ☆麦茶 ☆シュークリーム	13 ☆れんこん入りハンバーグ ☆人参コンソメ煮 ☆ほうれん草とんぶり和え ☆果物 ☆みそ汁 ☆麦茶 ☆栗とさつまいものタルト	14 ☆さばの味噌煮 ☆大根金平 ☆ポテトサラダ ☆フルーツ ☆すまし汁 ☆りんごジュース ☆蒸しパン
16 ☆鮭コーンマヨ焼き ☆炒り煮 ☆ほうれん草ごま和え ☆果物 ☆みそ汁 ☆麦茶 ☆パンせんべい	17 ☆ミートボールトマトソースがけ ☆青のりこふき芋 ☆白菜浅漬け ☆果物 ☆みそ汁 ☆麦茶 ☆おいなりさん	18 ☆かわいいつけ焼き ☆ビーフンソテー ☆パンバンジー風サラダ ☆果物 ☆みそ汁 ☆牧場ヨーグルト	19 ☆みそラーメン ☆肉団子 ☆ゆでブロッコリー ☆果物 ☆麦茶 ☆クリームブッセ	20 ☆鶏肉から揚げ ☆高野豆腐の煮物 ☆マカロニカレー味サラダ ☆果物 ☆スープ ☆麦茶 ☆サブレ	21 ☆ミニハンバーグ ☆がんもの煮物 ☆きゅうり華風漬 ☆果物 ☆スープ ☆ゼリー
23 勤労感謝の日  ☆麦茶 ☆厚切りバーム	24 ☆春巻 ☆じゃがいもチーズ焼き ☆スパゲッティサラダ ☆果物 ☆みそ汁 ☆麦茶 ☆厚切りバーム	25 ☆ほっけみりん醤油焼き ☆肉豆腐 ☆春雨サラダ ☆果物 ☆みそ汁 ☆麦茶 ☆フランクフルト	26 ☆ポークカレー ☆イカリングフライ ☆ほうれん草ソテー ☆果物 ☆麦茶 ☆バナナスティックケーキ	27 ☆鶏肉照り焼き ☆さつま揚げ煮物 ☆かみかみサラダ ☆果物 ☆みそ汁 ☆麦茶 ☆ビスケットパン	28 ☆かわいいパン粉焼き ☆じゃがいもカレーソテー ☆マカロニと卵のサラダ ☆果物 ☆すまし汁 ☆麦茶 ☆クリームブッセ
30 ☆ポークコロッケ ☆大根そぼろ煮 ☆きやべつ味噌マヨ和え ☆果物 ☆すまし汁 ☆フルーツポンチ	 よく噛んで食べよう！ 11月8日は「いい歯の日」 よく噛むことは、あごの骨や筋肉の発達を促し、正しい歯並びにもつながります。園では、子どもたちがしっかり噛めるような食材を提供することもあります。噛む回数が増えれば、やわらかさや食感の違いを感じられる歯立を取り入れ、子どもたちが楽しく食べながら、噛む力を育てていけたらと思います。  ※園で使うおしぼりは、毎日洗って乾燥し、汚れがひどい場合は漂白殺菌をしてくださるようお願いいたします。				