

11月 給食予定献立表 後期9~11ヶ月頃

2021年 認定こども園

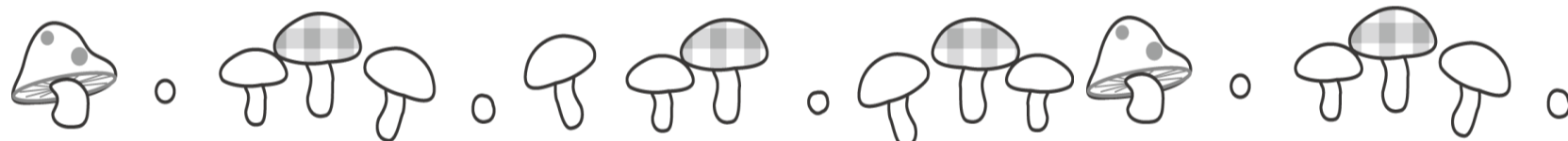
関西女子短期大学附属幼稚園 乳児園舎

都合により献立を変更する事があります。

| 日 | 曜日 | 朝のおやつ | 昼食 | 3時のおやつ | 材 料 名 | | |
|----|----|----------|---------------------------------|----------|-------------|----------------------------------|------------------|
| | | | | | 赤:血や肉を作る | 緑:体の調子を整える | 黄:熱や力の元になる |
| 1 | 月 | ベビーせんべい | 5倍粥又は軟飯 白身魚の煮物 味噌汁 | じゃが芋マッシュ | カレー 味噌 | 大根 人参 玉ねぎ | 米 上白糖 じゃが芋 |
| 2 | 火 | 動物ビスケット | 5倍粥又は軟飯 野菜のそぼろ煮 スープ | すりおろしりんご | 鶏ミンチ | ほうれん草 人参 玉ねぎ りんご | 米 上白糖 |
| 3 | 水 | 文化の日 | | | | | |
| 4 | 木 | おやさいせんべい | 5倍粥又は軟飯 ささみと野菜の煮物 味噌汁 | かぼちゃマッシュ | ささみ 味噌 | ブロッコリー 玉ねぎ 人参 かぼちゃ | 米 さつま芋 上白糖 |
| 5 | 金 | マンナビスケット | お弁当の日 ハイハイ 動物ビスケット | | | | |
| 8 | 月 | ベビーせんべい | 5倍粥又は軟飯 白身魚の煮物 すまし汁 | オレンジ | カレー | チンゲン菜 人参 玉ねぎ・小松菜 オレンジ | 米 上白糖 |
| 9 | 火 | 動物ビスケット | 5倍粥又は軟飯 高野豆腐と野菜の煮物 りんごの甘煮 | かぼちゃマッシュ | 高野豆腐 | 玉ねぎ 人参 きゅうり りんご・かぼちゃ | 米 じゃが芋 上白糖 |
| 10 | 水 | ハイハイ | 5倍粥又は軟飯 豆腐と野菜の煮物 味噌汁 | さつま芋マッシュ | 絹ごし豆腐 味噌 | キャベツ 玉ねぎ 人参 | 米 上白糖 さつま芋 |
| 11 | 木 | おやさいせんべい | 5倍粥又は軟飯 ささみと野菜の煮物 スープ | じゃが芋マッシュ | ささみ | 玉ねぎ ほうれん草 人参 ブロッコリー | 米 上白糖 じゃが芋 |
| 12 | 金 | マンナビスケット | 5倍粥又は軟飯 野菜のそぼろ煮 味噌汁 | りんごの甘煮 | 鶏ミンチ 味噌 | 大根 人参 玉ねぎ りんご | 米 上白糖 |
| 15 | 月 | ベビーせんべい | 5倍粥又は軟飯 高野豆腐と野菜の煮物 すまし汁 | 刻みバナナ | 高野豆腐 | 人参 玉ねぎ バナナ | 米 |
| 16 | 火 | 動物ビスケット | 5倍粥又は軟飯 豆腐と野菜の煮物 すまし汁 | さつま芋マッシュ | 絹ごし豆腐 | 人参 玉ねぎ | 米 上白糖 さつま芋 |
| 17 | 水 | ハイハイ | 5倍粥又は軟飯 ささみと野菜の煮物 オレンジ | 野菜粥 | ささみ | 人参・玉ねぎ ブロッコリー キャベツ オレンジ | 米 さつま芋 上白糖 |
| 18 | 木 | おやさいせんべい | 5倍粥又は軟飯 白身魚の煮物 にゅうめん汁 | かぼちゃマッシュ | カレー | 小松菜 人参 玉ねぎ かぼちゃ | 米 そうめん 上白糖 |



| 日 | 曜日 | 朝のおやつ | 昼食 | 3時のおやつ | 材 料 名 | | |
|----|----|----------|-----------------------------|----------------------|-------------|---------------------------|--------------------------|
| | | | | | 赤:血や肉を作る | 緑:体の調子を整える | 黄:熱や力の元になる |
| 19 | 金 | マンナビスケット | 5倍粥又は軟飯 野菜のそぼろ煮 スープ | きな粉粥 | 鶏ミンチ きな粉 | 人参 玉ねぎ チンゲン菜 | 米 上白糖 |
| 22 | 月 | ベビーせんべい | 5倍粥又は軟飯 ささみと野菜の煮物 スープ | さつま芋マッシュ | ささみ | 玉ねぎ 人参 ほうれん草 | 米 じゃが芋 上白糖 さつま芋 |
| 23 | 火 | 勤労感謝の日 | | | | | |
| 24 | 水 | 23日の代休 | | | | | |
| 25 | 木 | おやさいせんべい | 5倍粥又は軟飯 白身魚の煮物 味噌汁 | じゃが芋マッシュ | カレー 味噌 | キャベツ 人参 玉ねぎ | 米 上白糖 じゃが芋 |
| 26 | 金 | マンナビスケット | 5倍粥又は軟飯 野菜のそぼろ煮 味噌汁 | りんごの甘煮 | 鶏ミンチ 味噌 | チンゲン菜 人参 玉ねぎ りんご | 米 じゃが芋 上白糖 |
| 29 | 月 | ベビーせんべい | 5倍粥又は軟飯 白身魚の煮物 味噌汁 | オレンジ | カレー 味噌 | 白菜 人参 玉ねぎ オレンジ | 米 上白糖 |
| 30 | 火 | 動物ビスケット | お弁当の日 | マンナビスケット おやさいせんべい | | | |



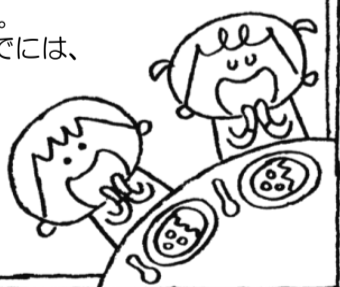
感謝の気持ち



「いただきます」「ごちそうさま」は、食事に欠かせないあいさつです。

「いただきます」には、いろいろな生き物の命をいただくという意味があり、「ごちそうさま」は、食事を用意するために「馳走」して（走り回って）食材を集めるようすからきた言葉のようです。

野菜や肉、魚が食卓に上がるまでには、いろいろな人の努力があります。感謝していただきましょう。



食べ物の好き嫌い

子どもは3歳ごろから好き嫌いが出てきます。口当たり・苦み・においなど、嫌いな原因はいろいろあり、本能的に感じるものもあるようですが、味覚が発達してくると食べられるようになってきます。苦手な野菜の代わりにほかの野菜で栄養を補ったり、切り方や調理のしかたを工夫したりして、楽しく食べることがいちばんですね。

