

11月 給食予定献立表 中期7~8ヶ月頃

2021年 認定こども園

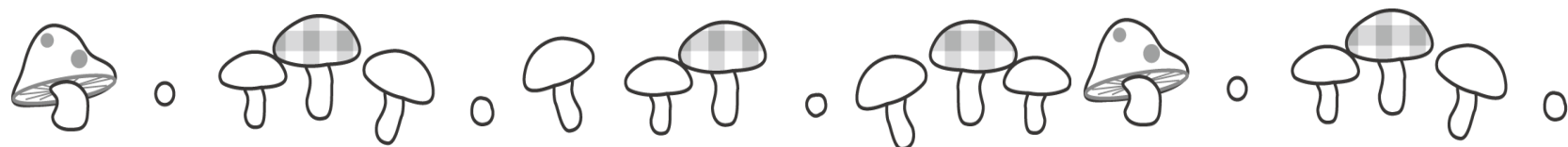
関西女子短期大学附属幼稚園 乳児園舎

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	7倍粥 白身魚の煮物 すまし汁	じゃが芋マッシュ	カレー	大根 人参 玉ねぎ	米 上白糖 じゃが芋
2	火	動物ビスケット	7倍粥 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	7倍粥 ささみと野菜の煮物 すまし汁	かぼちゃマッシュ	ささみ	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				
8	月	ベビーせんべい	7倍粥 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	7倍粥 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	7倍粥 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	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	7倍粥 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	7倍粥 野菜のそぼろ煮 すまし汁	りんごの甘煮	鶏ミンチ	大根 人参 玉ねぎ りんご	米 上白糖
15	月	ベビーせんべい	7倍粥 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	7倍粥 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	7倍粥 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	7倍粥 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	7倍粥 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	7倍粥 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	7倍粥 白身魚の煮物 すまし汁	じゃが芋マッシュ	カレー	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	7倍粥 野菜のそぼろ煮 すまし汁	りんごの甘煮	鶏ミンチ	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	7倍粥 白身魚の煮物 すまし汁	オレンジ	カレー	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。

