



# 《令和3年11月 給食献立表》

☆☆☆大野保育所☆☆☆



日	曜	9時おやつ		昼食		3時おやつ	
		(乳児)		(乳児)	全員	全員	
1	月	牛乳	あられ	牛乳	ごはん	魚の栄養揚げ、そうめん汁 酢の物、ミニトマト、バナナ	しょうゆせんべい 牛乳
2	火	牛乳	りんご	牛乳	ごはん	鶏肉の甘辛焼き、イタリアンスープ かぼちゃのサラダ、アスパラ、柿	わかめおにぎり 牛乳
4	木	牛乳	桃缶	牛乳	麦ごはん	魚のごまフライ、キャベツのチキンスープ ほうれん草のごま和え、にんじん、みかん	くらっかー 牛乳
5	金	牛乳	びすこ	牛乳	ごはん	ビーンズカレー(ライス)、ひじきの卵焼き スパゲティーサラダ、ブロッコリー、キウイ	ふる一つよーぐると
6	土	牛乳	かぼちゃせん	牛乳	ごはん	里芋と鶏肉の煮物、豆腐とわかめのみそ汁 アスパラツナマヨ和え、オレンジ	おこめりんぐ 牛乳
8	月	牛乳	ごぼうせん	牛乳	ごはん	魚のマヨネーズ焼き、白菜と筍のスープ ささ身サラダ、枝豆、りんご	ぱいんほっとけーき 牛乳
9	火	牛乳	バナナ	牛乳	ごはん	麻婆豆腐、ゆで卵 きゅうりのナムル、ミニトマト、パイン	まるぼーろ のむよーぐると
10	水	牛乳	桃缶	牛乳	麦ごはん	ちくわのカレー天ぷら、マロニーサラダ 白菜と厚揚げのみそ汁、納豆、柿	かぼちゃむしぱん 牛乳
11	木	牛乳	めーぷるびす	牛乳	ごはん	鮭のムニエル、クラムチャウダー ほうれん草サラダ、チーズ、キウイ	げんまいぼんせん 牛乳
12	金	牛乳	あまからせん	牛乳	誕生会	プチパン、ステーキ、かぶのスープ ポテトフライサラダ、トマト、みかん	けーき 牛乳
13	土	牛乳	野菜チップ	牛乳	ごはん	切干大根の煮物、かぼちゃのみそ汁 ブロッコリーのおかか和え、バナナ	えびせん 牛乳
15	月	牛乳	豆乳クッキー	牛乳	ごはん	けんちんうどん、魚の南蛮漬け ゆかり和え、ミニトマト、みかん	おからかりんとう 牛乳
16	火	牛乳	びすこ	牛乳	ごはん	昆布と大豆煮、団子汁 アスパラのごま和え、パイン	ぴざとーすと 牛乳
17	水	牛乳	桃缶	牛乳	麦ごはん	ひじきのすり身揚げ、親子汁 中華風サラダ、枝豆、りんご	ふらいどぽてと 牛乳
18	木	牛乳	バナナ	牛乳	ごはん	鶏肉のトマト煮、ブロッコリーの卵とじ 大根とベーコンのサラダ、アスパラ、柿	かすてら のむよーぐると
19	金	牛乳	ごぼうせん	牛乳	ごはん	マカロニシチュー、ほうれん草の卵焼き 豚しゃぶサラダ、キウイ	えびすなっく 牛乳
20	土	牛乳	あられ	牛乳	ごはん	温野菜のポン酢和え、かきたま汁 ウインナー、バナナ	ひこうきびすけっと 牛乳
22	月	牛乳	ポーロ	牛乳	ごはん	魚のあんかけ、かぶのみそ汁 ほうれん草の白和え、にんじん、りんご	ふる一つよーぐると
24	水	牛乳	桃缶	牛乳	麦ごはん	ししゃものフライ、にらたま汁 五目和え、トマト、パイン	とうふいりきなこだんご 牛乳
25	木	牛乳	めーぷるびす	牛乳		お弁当の日	みれーびすけっと 牛乳
26	金	牛乳	りんご	牛乳	ごはん	きのこのハヤシ(ライス)、チーズ入り卵焼き レバーとささ身の変わり和え、みかん	こざかなすなっく 牛乳
27	土					おゆうぎかい	
29	月	牛乳	野菜チップ	牛乳	ごはん	ちゃんぽん、焼き餃子 ブロッコリーのソース炒め、チーズ、キウイ	とうふどーなつ 牛乳
30	火	牛乳	豆乳クッキー	牛乳	ごはん	魚のチーズフライ、ミネストローネ アップルサラダ、ブロッコリー、オレンジ	むしいも 牛乳



## 給食だより



★12日(金)は「お誕生会」です。行事食のため、主食はいりません。  
☆25日(木)は「お弁当の日」です。お弁当の準備をお願いします。



＜あなたのうんちはどのタイプ？＞



日ごろ、何気なくさっと流している「うんち」。実はこの中に大切な元気の秘密情報がたくさん入っています。

「バナナ状のうんち」→理想的なうんちです。元気な証拠です。

「ももこうんち」→もう少しです。緑の仲間の食べ物を食べるとバナナ状になります。

「コロコロうんち」→緑の仲間の食べ物が足りません。また、水分や運動不足が考えられます。

「チビチビうんち」→体調が悪かったり、お腹を壊した時のうんちです。しっかり睡眠をとり体を休めましょう。



お子さんのうんちを一緒に確認してみてもいいでしょうか？

