



# 《令和4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	火	牛乳	黒糖あられ	牛乳	ごはん	豚肉のしょうが焼き、さつまい マロニーの酢の物、にんじん、パイン	おこめりんぐ 牛乳
2	水	牛乳	桃缶	牛乳	麦ごはん	魚のゴマフライ、かぶのスープ みかんサラダ、バナナ	にんじんほっとけーき 牛乳
4	金	牛乳	ごまびすけつと	牛乳	ごはん	きのこのハヤシ(ライス)、ゆで卵 五目和え、ミニトマト、柿	かすてら 牛乳
5	土	牛乳	豆乳クッキー	牛乳	ごはん	肉じゃが、チーズ ほうれんそうときのこのソテー、りんご	えびすなっく 牛乳
7	月	牛乳	あられ	牛乳	ごはん	魚の栄養揚げ、豆腐とわかめのみそ汁 ブロッコリーのおかか和え、オレンジ	しょうゆせんべい 牛乳
8	火	牛乳	めーぷるびす	牛乳	ごはん	おでん、ウインナー きゃべつのかき揚げ、キウイ	くらっかー のむよーぐると
9	水	牛乳	桃缶	牛乳	麦ごはん	魚のマヨネーズ焼き、中華五目スープ マロニーサラダ、パイン	さつまいもおにぎり 牛乳
10	木	牛乳	りんご	牛乳	ごはん	とりてん、けんちんうどん 白菜の白和え、ぶどう	ふる一つよーぐると
11	金	牛乳	かぼちゃせん	牛乳	誕生会	ケチャップライス、野菜スープ、ステーキ ポテトサラダ、枝豆、みかん	けーき 牛乳
12	土	牛乳	びすこ	牛乳	ごはん	長崎皿うどん、焼き餃子 蒸しかぼちゃ、バナナ	こざかなすなっく 牛乳
14	月	牛乳	きなこ びすけつと	牛乳	ごはん	五目すりみあげ、厚揚げのみそ汁 ブロッコリーの卵とじ、オレンジ	みたらしだんご 牛乳
15	火	牛乳	うすやき せんべい	牛乳	ごはん	五目大豆煮、かきたま汁、酢の物 チーズ、キウイ	みれーびすけつと 牛乳
16	水	牛乳	桃缶	牛乳	麦ごはん	魚のチャンチャン焼き、ワカメスープ ほうれんそうのごま和え、パイン	ここあとーすと 牛乳
17	木	牛乳	バナナ	牛乳	ごはん	鶏肉の甘辛焼き、かぼちゃのスープ コールスローサラダ、みかん	まるぼーろ のむよーぐると
18	金	牛乳	豆乳クッキー	牛乳	ごはん	クラムチャウダー、トマトとハムの卵焼き マカロニサラダ、りんご	やさいかりんとう 牛乳
19	土	牛乳	さらだせんべい	牛乳	ごはん	切干大根の煮物、そうめん汁 ブロッコリーのツナマヨ、オレンジ	ひこうきびすけつと 牛乳
21	月	牛乳	ごまびすけつと	牛乳	きなこ ごはん	ししゃものチーズフライ 白菜のスープ、豚しゃぶサラダ、柿	ふる一つよーぐると
22	火	牛乳	バナナ	牛乳	ごはん	鶏肉のトマト煮、カラフル炒り卵 レタスサラダ、キウイ	おからかりんとう 牛乳
24	木	牛乳	ごぼうせんべい	牛乳		お弁当の日	ぷりん 牛乳
25	金	牛乳	めーぷるびす	牛乳	ごはん	レバー入りカレー(ライス)、りんご ハムとチーズの卵焼き、スパゲティーサラダ	えびせん 牛乳
26	土					おゆうぎかい	
28	月	牛乳	びすこ	牛乳	ごはん	魚のもみじ焼き、豚汁 きゅうりのおかか和え、パイン	こくとうむしばん 牛乳
29	火	牛乳	りんご	牛乳	ごはん	麻婆豆腐、お好み焼き風卵焼き ブロッコリー、オレンジ	ふらいどぽてと 牛乳
30	水	牛乳	あられ	牛乳	麦ごはん	鮭のバターしょうゆ焼き ミネストローネ、ほうれん草サラダ、バナナ	おこめぱふここあ 牛乳

## 給食だより

★11日(金)は「お誕生会」です。行事食のため、主食はいりません。  
 ☆24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たいかたがでしょうか？

