



10月給食たより



岩崎保育園

日	曜日	副食	午後のおやつ	未満児	日	曜日	副食	午後のおやつ	未満児
1	火	肉じゃが 胡瓜の酢の物 サニーレタス・りんご	牛乳	牛乳	8	火	豚肉と里芋の照り煮 かみかみサラダ・りんご サラダ菜・ミニトマト	牛乳	牛乳
15			手作り肉まん	ご飯	22			アップルポテトパイ	ご飯
2	水	白身魚のフライ・梨 柿とほうれん草の白和え サニーレタス・トマト	スキムミルク	牛乳	10	木	ハンバーグ・ミニトマト アスパラと人参のソテー ブロッコリー・すまし汁	牛乳	牛乳
23			野沢菜おにぎり	ご飯	24			野菜サンド	ご飯
3	木	オムレツ・りんご カリカリじゃこ和え ミニトマト・サラダ菜	牛乳	牛乳	11	金	鶏肉のマヨ炒め・トマト 柿なます・サニーレタス	スキムミルク	牛乳
17			スイートポテト	ご飯	31	木	(11日)豆乳味噌汁 (31日)パンプキンスープ	りんご 野菜ケーキサレ	ご飯
4	金	鮭の塩焼き・ブロッコリー 千切り大根の含め煮 サラダ菜・煮豆・ぶどう	スキムミルク	お茶	12	土	イタリアンスパゲティ ロールパン	お茶	牛乳
18			揚げパン	ご飯	26		みかん	ハロウィンデザート	ご飯
5	土	きつねうどん バナナ	お茶	牛乳	16	水	牛丼・サラダ菜 コールスローサラダ 甘夏缶・南瓜の味噌汁	お茶	牛乳
7	月	パンプキンカレー フルーツヨーグルト和え	スキムミルク バナナ 塩ミルククッキー	お茶 ご飯	21	月	さつまいも入り豚汁 鱈フライ・野菜サラダ	牛乳	牛乳
28				ご飯	29	火	みかん	コーンパン	ご飯
おたんじょう会									
25	金	炊き込みご飯 サニーレタス	魚のごま照り焼き ミニトマト	南瓜サラダ ブロッコリー	麩の清まし汁 スパゲティ	柿	ヨーグルト バナナ	お茶	

運動会やサツマイモ掘りなど、秋は子どもたちが楽しみにしている行事が盛りだくさんです。行事を体験することで、子どもの成長を感じられることも多いと思います。行事を楽しむためにも、早寝、早起き・朝ごはんを心がけ、毎日の生活リズムを整えましょう！

お弁当の日
9日



楽しいサツマイモ掘り

みんなで掘る楽しさや、とれたうれしさなど、自分で収穫したもののおいしさは格別です。また、葉っぱやつるのようす、土に埋まっているイモ、畑の土の感触、畑にいる虫など、たくさんのかんごを観察して学べます。サツマイモもさまざまな大きさや形があります。掘ったサツマイモを「どうやって食べようか?」とじっくり考えるのも、楽しみのひとつです。育てる→収穫する→食べることは、子どもにとってかけがえのない体験になるでしょう。



おすすめ
給食レシピ

さつまいものガレット



〈 材料 〉

- ◎溶かしバター 40g
- ◎牛乳 40g
- ◎卵 1個
- ◎砂糖 40g
- ◎さつまいも 200g
- ◎粉チーズ 13g
- ◎ホットケーキミックス・100g

〈 作り方 〉

- 1, さつまいもを千切りにし、水にさらす。
- 2, ボウルに溶かしバター、牛乳、卵、砂糖を混ぜ合わせる。
- 3, ②に①とホットケーキミックスと粉チーズ9gを加えさっくり混ぜる。
- 4, 鉄板にクッキングシートを敷き③を流し(厚さ1cm)、粉チーズ4gを上にかける
- 5, 170℃のオーブンで20分焼く。

