10月 食育だより

令和８年９月 30 日発行　豊川こども園給食

暑さも少しずつ和らぎ、過ごしやすい季節になってきました。
秋は、さつま芋、南瓜、きのこなど、おいしい食べ物が実る季節です。
給食でも旬の食材を取り入れ、子どもたちが秋の味覚を楽しめるようにしていきたいと思います。
今月は運動会もあります！
当日も元気いっぱい体を動かせるように、
食事からも子どもたちを応援したいと思います☆

<お月見>
９月 17 日中秋の名月
メニュー　☆お月見うどん
　　☆とり天☆レタス
おやつ　　お月見ココアプリン





可愛い~♡
おいしい~♡と
たくさん声が聞こえてきて
うれしかったです。



秋分の日には、ご先祖様への感謝や秋の収穫を願い、
おはぎをお供えする風習があります。
おはぎの小豆には、邪気を払う意味も込められています。



ピザ風蒸しパン

新作おやつも
たくさん取り入れました♡





ココアクッキーケーキ









チュロス

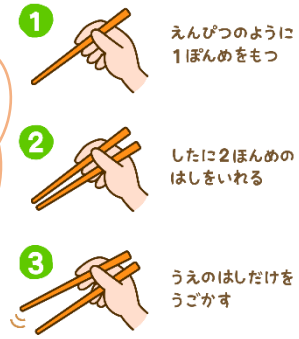




カムジャパン

3歳の誕生日を迎え、
お箸デビューをする子が
増えてきました。
お箸の持ち方に気を
付けながらお家でも
練習してみてください♪

おはしのもちかた



10月のこんだて

月	火	水	木	金	土
			1日 ハヤシライス フルーツヨーグルト ※白ご飯いりません スキムクッキー / 牛乳	2日 擬製豆腐 キャベツのごま和え しらすとわかめのさっと煮 じゃが芋もち / 牛乳	3日 和風スパゲティ 棒チーズ お菓子 / 牛乳
5日 きのこスープ 刻み昆布とさつま揚げの煮物 アイスクリーム・バナナ / お茶	6日 赤魚の洋風焼き 切干大根の炒め煮 レタス メロンパン / 牛乳	7日 おからハンバーグ 粉ふき芋・トマト きゅうりのマリネ かき氷・お菓子 / お茶	8日 サバの竜田揚げ バンサンス サニーレタス イタリアンポンデケージョ / 牛乳	9日 大豆の五目煮 ウインナー ぶどう チョコ風フレンチトースト / 牛乳	10日 あんかけちゃんぽん ミニゼリー お菓子 / 牛乳
12日 スポーツの日	13日 豆腐の中華煮 シュウマイ 枝豆 ツナ昆布おにぎり / お茶	14日 鶏肉のマーマレード焼き もやしサラダ サニーレタス ひじきお好み焼き / 牛乳	15日 赤魚のフリッター 野菜サラダ トマト カルシウムかりんとう / 牛乳	16日 お弁当の日 マカロニ黄粉 / 牛乳	17日 うどんの肉味噌がけ ミニゼリー お菓子 / 牛乳
19日 具だくさん味噌汁 レバーのカレー煮 りんご・ミネラルふりかけ ヨーグルトドーナツ / 牛乳	20日 サバの野菜ジュース煮 ひじきサラダ レタス トマトりんごゼリー・お菓子 / 牛乳	21日 牛肉のオイスターソース炒め ししゃもの磯辺フライ オレンジ カリカリセサミトースト / 牛乳	22日 まさご揚げ 切干大根サラダ サニーレタス さつま芋蒸しパン / 牛乳	23日 豚肉とキャベツの甘辛煮 しらすとわかめの卵焼き 枝豆 黄粉お麩ラスク / 牛乳	24日 ナポリタン 棒チーズ お菓子 / 牛乳
26日 親子汁 レバーのマリアナソース パイナップル バナナホットケーキ / 牛乳	27日 魚のハンバーグ しらすとキャベツのさっぱり煮 枝豆 チーズパン / 牛乳	28日 ポークカレーライス 豆腐サラダ・福神漬け ※白ご飯いりません フロランタン・りんご / 牛乳	29日 サバの甘辛煮 蓮根サラダ ブロッコリー ひじきおにぎり / お茶	30日 かぼちゃコロッケ オレンジサラダ トマト ハロウィン蒸しパン / 牛乳	31日 焼きそば ミニゼリー お菓子 / 牛乳