

月		火		水		木		金		土	
熱/蛋/脂/塩 熱/蛋/脂/塩 未満児 午前おやつ 未満児主食		熱/蛋/脂/塩 熱/蛋/脂/塩 未満児 午前おやつ 未満児主食		熱/蛋/脂/塩 熱/蛋/脂/塩 未満児 午前おやつ 未満児主食		熱/蛋/脂/塩 熱/蛋/脂/塩 未満児 午前おやつ 未満児主食		熱/蛋/脂/塩 熱/蛋/脂/塩 未満児 午前おやつ 未満児主食		熱/蛋/脂/塩 熱/蛋/脂/塩 未満児 午前おやつ 未満児主食	
寒さが増してきましたね。秋冬の季節にうれしい根菜類が献立で登場します。れんこんはすりおろしてスープに、ヤーコンはサラダに、畑で収穫したさつま芋は前半のメニューで登場します。 体の冷えは食べて温めることも効果的です！				～消費期限と賞味期限～ 食品の期限表示、気にしてみましたことありますか？表示には、「消費期限」と「賞味期限」の2種類があります。加工食品には、品質の劣化の速さに応じて、消費期限または賞味期限のいずれかを表示することが、食品表示法で定められています。それぞれの違いを知り、無駄のない調理や食事をするのが食品ロスの削減にもつながります。 ～消費期限～ 記載された「年月日」まで、安全に食べられる期限。お弁当、ケーキ、サンドイッチ、生麺など傷みやすい食品に表示されています。 ～賞味期限～ 記載された「年月日」または「年月」まで、品質が変わらずにおいしく食べられる期限のことです。スナック菓子、ペットボトル飲料、缶詰、カップ麺など、品質の劣化が進みにくい食品に表示されています。						496Kcal/21.4g/10.5g/1.3g 355Kcal/18.4g/9.9g/1.2g きゅうにゅう(100) ふりかけごはん 幼児組はおにぎりとお茶を持って来てください ぐだくさんスープ バナナ むぎちゃ ミニあんぱん きゅうにゅう(未100 以200)	
昼食		午後 おやつ		熱/蛋/脂/塩 熱/蛋/脂/塩 未満児 午前おやつ 未満児主食		熱/蛋/脂/塩 熱/蛋/脂/塩 未満児 午前おやつ 未満児主食		熱/蛋/脂/塩 熱/蛋/脂/塩 未満児 午前おやつ 未満児主食		熱/蛋/脂/塩 熱/蛋/脂/塩 未満児 午前おやつ 未満児主食	
3		4		5		6		7		8	
文化の日		身体測定		作品展示(8)		食育活動(たんぼぼ)		クッキング(すみれ)		保育参観(たんぼぼ)	
502Kcal/19.9g/14.3g/1.2g 427Kcal/21.0g/16.5g/1.6g 未満児 午前おやつ 未満児主食		502Kcal/24.6g/14.3g/0.9g 426Kcal/26.2g/15.0g/1.2g 未満児 午前おやつ 未満児主食		513Kcal/24.2g/20.7g/1.0g 412Kcal/23.2g/20.6g/1.1g 未満児 午前おやつ 未満児主食		518Kcal/22.3g/15.0g/1.7g 669Kcal/29.4g/17.4g/3.9g 未満児 午前おやつ 未満児主食		504Kcal/20.2g/15.5g/1.3g 413Kcal/21.6g/17.4g/1.9g 未満児 午前おやつ 未満児主食		448Kcal/16.7g/14.6g/0.8g 312Kcal/14.2g/14.2g/0.8g 未満児 午前おやつ 未満児主食	
10		11		12		13		14		15	
教室(すみれ・すみれ)		食育体操(たんぼぼ)		避難訓練		クッキング(たんぼぼ)		誕生祝会組は 筆かフオークを持参をお願いします		七五三参り	
187Kcal/7.1g/8.9g/0.3g 237Kcal/7.5g/10.2g/0.5g 未満児 午前おやつ 未満児主食		492Kcal/15.9g/10.2g/1.1g 409Kcal/16.1g/10.7g/1.4g 未満児 午前おやつ 未満児主食		507Kcal/18.9g/16.0g/2.0g 431Kcal/18.9g/17.2g/2.4g 未満児 午前おやつ 未満児主食		488Kcal/19.7g/16.0g/1.3g 416Kcal/21.1g/17.9g/1.5g 未満児 午前おやつ 未満児主食		496Kcal/19.3g/16.2g/1.4g 430Kcal/20.3g/19.0g/1.9g 未満児 午前おやつ 未満児主食		450Kcal/20.3g/12.4g/1.0g 298Kcal/14.2g/11.9g/0.9g 未満児 午前おやつ 未満児主食	
17		18		19		20		21		22	
手作り弁当日						栄養指導(たんぼぼ)		布田等持ち帰り日		布田等持ち帰り日	
187Kcal/7.1g/8.9g/0.3g 237Kcal/7.5g/10.2g/0.5g 未満児 午前おやつ 未満児主食		492Kcal/15.9g/10.2g/1.1g 409Kcal/16.1g/10.7g/1.4g 未満児 午前おやつ 未満児主食		507Kcal/18.9g/16.0g/2.0g 431Kcal/18.9g/17.2g/2.4g 未満児 午前おやつ 未満児主食		488Kcal/19.7g/16.0g/1.3g 416Kcal/21.1g/17.9g/1.5g 未満児 午前おやつ 未満児主食		496Kcal/19.3g/16.2g/1.4g 430Kcal/20.3g/19.0g/1.9g 未満児 午前おやつ 未満児主食		450Kcal/20.3g/12.4g/1.0g 298Kcal/14.2g/11.9g/0.9g 未満児 午前おやつ 未満児主食	
24		25		26		27		28		29	
振替休日						移動図書館					
187Kcal/7.1g/8.9g/0.3g 237Kcal/7.5g/10.2g/0.5g 未満児 午前おやつ 未満児主食		492Kcal/15.9g/10.2g/1.1g 409Kcal/16.1g/10.7g/1.4g 未満児 午前おやつ 未満児主食		507Kcal/18.9g/16.0g/2.0g 431Kcal/18.9g/17.2g/2.4g 未満児 午前おやつ 未満児主食		488Kcal/19.7g/16.0g/1.3g 416Kcal/21.1g/17.9g/1.5g 未満児 午前おやつ 未満児主食		496Kcal/19.3g/16.2g/1.4g 430Kcal/20.3g/19.0g/1.9g 未満児 午前おやつ 未満児主食		450Kcal/20.3g/12.4g/1.0g 298Kcal/14.2g/11.9g/0.9g 未満児 午前おやつ 未満児主食	

おやつ		ぎゅうにゅう(未100 以200)	 さゅうにゅう(未100 以200)	ぎゅうにゅう(未100 以200)	ぎゅうにゅう(未100 以200)	ぎゅうにゅう(未100 以200)
-----	--	-------------------	---	-------------------	-------------------	-------------------