



# きゅうしょくだより

《 ぬかみね保育園 》



🌸 ご入園・ご進級おめでとうございます 🌸

新しいクラスでの生活が始まります。環境の変化で疲れやすくなる季節です。朝ごはんをしっかり食べて元気に登園しましょう。みんなと食べる給食の時間を楽しんでくれたらと思います。



## ぬかみね保育園の給食

### 離乳食

初期・中期・後期と月齢や成長に合わせています

### つぼみ・ゆり・もも

午前のおやつ・昼食  
午後のおやつの3回

昼食は、主食付きの完全給食です

朝ごはん食べてきてますか？

朝ごはんをぬくと、

- ・エネルギー不足で力が出ない
- ・集中力が欠ける
- ・疲れやすくなる
- ・イライラする

などの影響があります。  
毎日朝ごはんを食べましょう！！

### たんぱぽ・すみれ・さくら

昼食・午後のおやつの2回

主食の白ご飯は、ご家庭からの持参となります  
腐敗の原因となりますので当日の朝炊いた  
白ご飯を持たせて下さい

毎週水曜日は「おにぎりの日」となります  
ご飯を海苔で巻いたり、少しふりかけをする  
程度でおねがいします。

### 給食こだわりポイント

- 米・・・玉名産の米を毎日、園で精米し炊いています
- 有機野菜・・・玉ねぎ・人参・ごぼう・じゃが芋は、有機栽培のものを仕入れ使用しています
- みそ・・・玉名産の手づくりのみそを使用しています
- その他・・・玉名産イチゴやブドウ・みかん・梨等を使用しています
- おやつ・・・手作りおやつを心がけています。  
おかしは自然食品のものを取り入れています

「当日の給食と午後のおやつを本館正面玄関前に展示していますので、是非ご覧下さい」

日	曜	献立名	離乳食	つぼみ・ゆり・もも 10時のおやつ	3時のおやつ	行事
1	木	ハヤシライス 野菜のナムル・くだもの	おかゆ 野菜の煮物	牛乳 ビスコ	牛乳 祝ケーキ	
2	金	魚のフライタルソース ミネストローネスープ・ゼリー	おかゆ 魚のホワイトソース	牛乳 ぼんせん	牛乳 チーズ蒸しパン	
3	土	焼きそば くだもの	にゅうめん くだもの	牛乳 マンナ	牛乳 塩パン	
5	月	豚汁 ひじきのマリネ・くだもの	おかゆ 野菜スープ	牛乳 ビスケット	牛乳 ドーナツボール	
6	火	イタリアンハンバーグ・マッシュポテト コーンスープ	おかゆ つくねバーグ	牛乳 りんご	牛乳 金時豆煮	交通訓練
7	水	魚のゴマみそ焼き・きゅうりの昆布和え スパゲティサラダ・くだもの	おかゆ 魚のあんかけ	牛乳 チーズ	牛乳 ヨーグルトのケーキ	
8	木	親子煮 わかめの酢の物・ゼリー	おかゆ じゃが煮	牛乳 かりんとう	牛乳 カレーラスク	
9	金	いわしのさつま揚げ 若竹汁・くだもの	おかゆ すまし汁	牛乳 ウエハース	牛乳 あんぱん	
10	土	ミートソーススパゲティ くだもの	麺のクタクタ煮 くだもの	牛乳 せんべい	牛乳 カステラ	
12	月	ビーフ汁 切干大根の炒め煮・くだもの	おかゆ 野菜スープ	牛乳 クッキー	牛乳 オレンジ蒸しパン	
13	火	魚のピカタ 大豆の五目煮	おかゆ 大豆ペースト	牛乳 バナナ	牛乳 麩のクッキー	
14	水	照り焼きハンバーグ 栄養サラダ・くだもの	おかゆ 鶏たんこ煮	牛乳 フランスパン	牛乳 ふかし芋	
15	木	すき焼き風煮 わかめのツナマヨ和え・くだもの	おかゆ 野菜の煮物	牛乳 いりこ	牛乳 フレンチトースト	
16	金	魚の竜田揚げ けんちん汁・ゼリー	おかゆ 野菜スープ	牛乳 せんべい	牛乳 きらず揚げ	
17	土	肉うどん くだもの	煮込みうどん くだもの	牛乳 野菜クッキー	牛乳 バターパン	
19	月	じゃこカレー ハムのマリネ・くだもの	おかゆ 野菜スープ	牛乳 ビスケット	牛乳 ジャムロールサンド	
20	火	魚のムニエル じゃが芋のそぼろ煮・ゼリー	おかゆ じゃが煮	牛乳 バナナ	牛乳 麺のあべ川	
21	水	コロッケ・ナポリタン ひじき煮・くだもの	おかゆ 野菜の煮物	牛乳 チーズ	牛乳 卵まん	誕生会
22	木	魚のパン粉焼き チリコンカン	おかゆ 魚のホワイトソース	牛乳 かりんとう	牛乳 バナナケーキ	健康診断
23	金	野菜ナゲット 豆乳みそ汁	おかゆ 豆乳みそ汁	牛乳 かぼちゃポーロ	牛乳 フルーツヨーグルト	
24	土	和風スパゲティ くだもの	麺のクタクタ煮 くだもの	牛乳 玄米フレーク	牛乳 クリームパン	
26	月	きゃべつと肉団子のスープ 切干大根のさっぱり煮・ゼリー	おかゆ 鶏たんこスープ	牛乳 ひじきクッキー	牛乳 おからチョコボール	
27	火	魚の照焼き カレー肉じゃが	おかゆ 肉じゃが	牛乳 フランスパン	牛乳 フルーツゼリー	
28	水	ポークチャップ 仲良しサラダ・くだもの	おかゆ 野菜の煮物	牛乳 いりこ	牛乳 じゃこトースト	避難訓練
30	金	ギョロッケ・ドレッシングサラダ かき玉汁	おかゆ 野菜スープ	牛乳 ウエハース	牛乳 もちもちチーズパン	