

10がつのこんだて



東広島市立木谷保育所
令和6年10月
tel(0846)45-4322

にち	ようび	あさおやつ	きゅうしょく	3じおやつ
1	か	すこーん	さかなのかれーふりったー そえやさい だいこんのすーぷ ばなな	つぶつぶにんじんゼリー
2	すい	びすけっと	みーとぼーるのとまとしちゅー つなさらだ みかん	もちもちちーずあげぱん
3	もく	よーぐると	いそとじうどん こーるすろーさらだ りんご	ばななけーき
4	きん	おにぎり	げんきだんご そえやさい とうにゅうすーぷ ばなな	きなこぷりん
5	ど		せいかつ はっぴようかい	
7	げつ	じゃむさんど	さかなのこうそうやき そえやさい とうふのみそしる りんご	やきいも いりこ
8	か	ぼーろ	にくどうふ しそふうみあえ ばなな	まっかなあきのおにぎり おしゃぶりこんぶ
9	すい	すこーん	あげどりのごもくあえ れもんふうみのさっぱりさらだ みにぜりー	ふる一つさんど
10	もく	ちーずさんど	すーぷかれー まめさらだ なし	はるまき
11	きん	くらっかー	ればーいりめんちかつ そえやさい こーんすーぷ みかん	あまざけとまめのむしぱん
12	ど	よーぐると	ぱん みにぜりー	
15	か	すこーん	ごもくらーめん ひじきのごままよあえ みかんかん (木谷保育所リクエスト給食)	ここあすなっく
16	すい	さぶれ	おたのしみきゅうしょく	りんごのけーき
17	もく	ばなな	やきさば そえやさい とうふとやさいのにも物 なし	どーなつぱふえ (認定こども園くぼリクエストおやつ)
18	きん	じゃむさんど	びしゅなべほいくしよふう ごまあえ りんご 【市制50周年記念東広島給食】	さけまんじゅう
19	ど	よーぐると	ぱん みにぜりー	
21	げつ	ちーずさんど	くりーむすばげていー こまつなさらだ なし (三津保育所リクエスト給食)	ふる一つもりほっとけーき
22	か	まかろにあべかわ	さかなのほいるむし しろあえ みかん	ぎゅうしぐれおにぎり いりこ
23	すい	すこーん	はんばーぐのきのこそーす いなかじる りんご	おさつすなっく
24	もく	ふっきー	なまあげのみーとそーすやき かぼちゃさらだ ばなな	すいーとぽてと
25	きん	みにぜりー	あきのえんそく	
26	ど	よーぐると	ぱん みにぜりー	
28	げつ	くらっかーさんど	あげざかなのあんかけ かろてんすきむすーぷ ばなな	ふれんちとーすと
29	か	ばなな	くらっしゅくおーろらどり ぱすたさらだ ぱいんかん	さつまいもの芋餅クッキング
30	すい	ほっとけーき	【食品ロス削減の日】の献立	げんじまき
31	もく	おにぎり	とりにくのねぎみそかけ そえやさい すましじる りんご	ぱんぷきんすーぷ ふらんすぱん



今月のお楽しみ給食

ハヤシライス
海老フライ

おさつスナック
宝島サラダ
(炒り卵入りのさっぱりサラダです)

みかん缶
パイン缶

※16日のお楽しみ給食の日です。幼児組さんははしのみ持参してください。
※18日は食育のメニューになっています。(和食)
※25日の遠足のおやつは保育所で用意します。
※29日はさつまいもの芋もちクッキングです。エプロン・三角巾・マスクの準備をお願いします。
※30日の食品ロス削減の日の献立名はわかり次第お伝えします。
※食材の都合により、献立が変更になることがあります。

今月の栄養素の平均値(目標値)

3才以上児

エネルギー 542kcal(574kcal)
たんぱく質 21.8g(23g)
食塩 1.4g(1.6g)

3才未満児

エネルギー 530kcal(475kcal)
たんぱく質 20.6g(20.3g)
食塩 1.4g(1.5g)