

給食だより



9月の郷土料理は 香川県産品です！
 香川といえばうどんです！今回は「しほくうどん」
 という秋から冬にかけての寒い時期によく
 食べられているうどんにしました。里野菜や菜鳥肉を
 いりだしわかたおだしで煮込み、ゆでたうどんの
 上からかけます。香川県では年越えはのりおにぎりに
 食べることもあるそうです！

体をあたためてカゼ予防

風邪のウイルスを防ぐには、免疫機能を
 高めること、身体をあたためることが大切です！

ビタミン・ミネラルを十分に摂り、バランスの良い食事を摂ることが風邪の予防になります。

*身体をあたためるメニュー
 鍋、おでん、うどん、雑炊、スープ、シチューなど

*身体をあたためる食品
 ネギ、ニラ、玉ねぎ、ショウガ、ニンニク、ゴボウ、人参、大根など

食育の日

10月19日にいも掘りをしました。

昨年と比べいもの数は

少ないのですが、1つ1つの

いもが大きかったです！みんな上手に

スコップを使いながら楽しくいも掘りが

できました！1ヶ月程寝かせた方が甘みが

増すのでしばらく寝かせたから糸こんにゃくおもちに

出そうと思います♪



かるがも保育園

・材料の準備は、お母さんや先生が協力して準備をお願いします。

・15時のおやつに生乳がけです。

月	火	水	木	金	土
11月	豆焼の五目炒め おでん おにぎり	カレー おでん おにぎり	カレー おでん おにぎり	カレー おでん おにぎり	カレー おでん おにぎり
10月	カレー おでん おにぎり	カレー おでん おにぎり	カレー おでん おにぎり	カレー おでん おにぎり	カレー おでん おにぎり
9月	カレー おでん おにぎり	カレー おでん おにぎり	カレー おでん おにぎり	カレー おでん おにぎり	カレー おでん おにぎり
8月	カレー おでん おにぎり	カレー おでん おにぎり	カレー おでん おにぎり	カレー おでん おにぎり	カレー おでん おにぎり
7月	カレー おでん おにぎり	カレー おでん おにぎり	カレー おでん おにぎり	カレー おでん おにぎり	カレー おでん おにぎり
6月	カレー おでん おにぎり	カレー おでん おにぎり	カレー おでん おにぎり	カレー おでん おにぎり	カレー おでん おにぎり
5月	カレー おでん おにぎり	カレー おでん おにぎり	カレー おでん おにぎり	カレー おでん おにぎり	カレー おでん おにぎり
4月	カレー おでん おにぎり	カレー おでん おにぎり	カレー おでん おにぎり	カレー おでん おにぎり	カレー おでん おにぎり
3月	カレー おでん おにぎり	カレー おでん おにぎり	カレー おでん おにぎり	カレー おでん おにぎり	カレー おでん おにぎり
2月	カレー おでん おにぎり	カレー おでん おにぎり	カレー おでん おにぎり	カレー おでん おにぎり	カレー おでん おにぎり
1月	カレー おでん おにぎり	カレー おでん おにぎり	カレー おでん おにぎり	カレー おでん おにぎり	カレー おでん おにぎり

