



給食たより

旭ヶ丘こども園

令和3年

月	火	水	木	金	土
予定献立	1 タコライス カラフル塩ナムル キャベツと卵のスープ 熱量 364kcal	2 鶏もも肉の塩焼き イカときゅうりの酢味噌和え キャベツのゴマみそ汁 熱量 348kcal	3 わかめうどん 豆腐ときゅうりの 塩昆布和え 熱量 243kcal	4 鯡の南部焼き ひじきのレモンサラダ 具沢山だし活スープ 熱量 270kcal	5 チキンナゲット レタスサラダ みそ汁(玉葱、わかめ) 熱量 321kcal
10時のおやつ(未満席)	牛乳	りんごジュース	野菜ジュース	牛乳	りんごジュース
3時のおやつ	フルーチェ	スキムミルク お麩スナック	牛乳 胚芽ロールパン	スキムミルク チーズドック	牛乳 せんべい
7【手作り弁当】 てりやきチキン スパサラダ みそ汁(じゃが芋、いんげん) 熱量 267kcal	8 カレーライス 和風サラダ わかめスープ 熱量 465kcal	9 いりどり きゅうりとしらすの酢の物 みそ汁(なめこ、豆腐) 熱量 286kcal	10 じゃじゃ麺 大根サラダ かき玉わかめスープ 熱量 467kcal	11 鮭の甘塩焼き 切り干し大根の煮物 けんちん汁 熱量 345kcal	12 プチハンバーグ マカロニサラダ みそ汁(キャベツ、えのき) 熱量 353kcal
野菜ジュース	牛乳	りんごジュース	野菜ジュース	牛乳	りんごジュース
牛乳 ごまとチーズのスティックケーキ	フルーツヨーグルト	麦茶 ゆべし	牛乳 ジャムサンド	スキムミルク きなこマカロニ	牛乳 せんべい
14 生揚げとピーマンの甘酢炒め きゅうりとちくわのマヨ和え レタスとベーコンのスープ 熱量 371kcal	15 トマ玉丼 いんげんのツナマヨサラダ みそ汁(なす、大葉) 熱量 354kcal	16 ブルコギ 春雨の酢の物 みそ汁(大根、しめじ) 熱量 325kcal	17 カレーうどん シーザーサラダ 熱量 448kcal	18 さんまの竜田揚げ ひじきのレモンサラダ 豚汁 熱量 383kcal	19 チキンナゲット レタスサラダ みそ汁(玉葱、わかめ) 熱量 321kcal
野菜ジュース	牛乳	りんごジュース	野菜ジュース	牛乳	りんごジュース
牛乳 肉まん	フルーツポンチ	牛乳 カレーチーズラスク	牛乳 オールドファッション	スキムミルク チーズケーキパー	牛乳 せんべい
21 手羽中の唐揚げ 白菜とベーコンのサラダ かき玉わかめスープ 熱量 365kcal	22 もずく丼 きゅうりとササミの中華和え みそ汁(もやし、ニラ) 熱量 333kcal	23 鶏もも肉の塩焼き イカときゅうりの酢味噌和え キャベツのゴマみそ汁 熱量 348kcal	24 塩焼きそば 大根サラダ ニラ玉スープ 熱量 332kcal	25【誕生会】 カラフルご飯、エビフライ ブロッコリーと卵のサラダ 野菜スープ 熱量 471kcal	26 プチハンバーグ マカロニサラダ みそ汁(キャベツ、えのき) 熱量 353kcal
野菜ジュース	牛乳	りんごジュース	野菜ジュース	牛乳	りんごジュース
牛乳 バウムクーヘン	スキムミルク ホットケーキ	スキムミルク バナナスコーン	牛乳 あんドーナツ	なめらかプリン	牛乳 せんべい
28 生揚げとピーマンの甘酢炒め きゅうりとちくわのマヨ和え レタスとベーコンのスープ 熱量 371kcal	29 和風ガパオライス カラフル塩ナムル もずくスープ 熱量 380kcal	30 いりどり きゅうりとしらすの酢の物 みそ汁(なめこ、豆腐) 熱量 286kcal	<p>◎毎日果物がつきます。</p> <p>◎(土)はおにぎりの日です。 (3・4・5歳児)</p> 		
野菜ジュース	牛乳	りんごジュース			
スキムミルク 今川焼き	にんじんゼリー	スキムミルク パン耳かりんとう			



こんな洗い方ではきれいにならないよ

指先だけ

石けんを使わない



このような洗い方をしていても、手の汚れは落ちません。手洗いポイントをしっかり覚えて、きれいに手を洗うようにしましょう。