令和2年度 あらやこども園　**食事だより**　

	行　事	未満児午前の間食・主食		献　　立	午 後 の 間 食	延長児間食
1（月）	衣替え	お茶 せんべい	ごはん	豆乳シチュー　マカロニサラダ トマト	牛乳　新じゃがチップス*	クッキー
2（火）		牛乳 オレンジ	ごはん	白身魚のみそマヨ焼き　豚汁 小松菜の納豆和え	ミルク　肉まん	せんべい
3（水）	尿検査提出日①(以上児)	ヨーグルト	ごま ごはん	メンチカツ　味噌汁(わかめ) じゃことトマトの甘酢和え	牛乳　せんべい	ヨーグルト
4（木）		お茶　ボーロ	ごはん	ポークビーンズ　かみかみサラダ チーズ	ミルクココア　ビスケット	カステラ
5（金）		お茶　りんご	ごはん	豚肉の生姜焼き　スパサラダ 味噌汁(小松菜)	バナナミルク おふレンチトースト*	ウエハース
6（土）		お茶 ウエハース	パン	味噌ラーメン　チーズ　野菜ジュース		
7（日）						
8（月）		お茶 せんべい	ごはん	たまごとじ煮　和風サラダ　バナナ	牛乳 きゃべつとツナのお好み焼き*	クラッカー
9（火）		牛乳　バナナ	ごはん	豆腐ハンバーグ　味噌汁(豆腐) トマトときゅうりのピクルス	ミルク　バームクーヘン	ウエハース
10（水）	身体計測	お茶 ビスケット	ごはん	たらのチリソース風　味噌汁 きゃべつのゴマネーズ和え	フルーツポンチ* ウエハース	クッキー
11（木）	ぴよぴよランド(こども園)	ヨーグルト	わかめ ごはん	鶏の唐揚げ　ツナサラダ フェジョアーダ	牛乳 トマトとチーズのケーキ*	ゼリー
12（金）	午睡布団持ち帰り	お茶 ウエハース	ごはん	マーボー豆腐　シューマイ なすとトマトのさっぱりマリネ	ミルクココア　クラッカー	せんべい
13（土）		お茶　ボーロ	パン	スパゲティイタリアン　ジョア　小魚		
14（日）						
15（月）		お茶 ビスケット	パン	人参ポタージュ(クルトン付) ひじきサラダ　ボイルウインナー	ヨーグルト　ウエハース	ヨーグルト
16（火）	誕生会	お茶 ウエハース	ピラフ	カレーピラフ　卵とトマトのスープ 魚のフリッター　わかめときゅうりの酢の物	いちごミルク カエデの実	せんべい
17（水）	尿検査提出日②(以上児)	ジョア せんべい	ごはん	とりすき煮　きゃべつのサラダ オレンジ	ミルク かぼちゃと黒ゴマ蒸しパン*	クラッカー
18（木）		牛乳　りんご	ごま ごはん	魚の立田揚げ　トマトのごま酢がけ 味噌汁(なめこ)	牛乳　たまごサンド*	せんべい
19（金）	食育の日　「3色食品群」のお はなし(5歳児)	お茶　バナナ	ごはん	ポークカレー　ドレッシングサラダ チーズ	牛乳　せんべい 味付小魚(以上児)	ゼリー
20（土）		お茶　ボーロ	パン	焼きそば　野菜ジュース　小魚		
21（日）						
22（月）		ジョア ボーロ	パン	ビーフシチュー　バナナ トマトとバジルのサラダ	お茶　いなり寿司*	せんべい
23（火）	避難訓練	牛乳　りんご	ごはん	魚の煮つけ　小松菜のおひたし 味噌汁(じゃがいも)	ミルクココア　クラッカー	ビスケット
24（水）		お茶 せんべい	ごはん	豚肉のソースマリネ　コールスローサラダ コーンかきたまスープ	フルーツヨーグルト* ビスケット	せんべい
25（木）	ぴよぴよランド(ポプラの家)	牛乳 オレンジ	ごはん	大麦チキンナゲット　味噌汁(チンゲン菜) ちりじゃこサラダ	いちごミルク せんべい	ゼリー
26（金）	副食費・保育料納入日 午睡布団持ち帰り	お茶　チーズ	ゆかり ごはん	江戸っ子煮　バンサンスー　メロン	牛乳 クラッカージャムサンド*	クラッカー
27（土）		お茶　ボーロ	パン	いなりうどん　ヨーグルト　小魚		
28（日）						
29（月）		お茶 せんべい	パン	スコッチブロス　鶏肉ときのこのアヒージョ マセドアンサラダ	ミルクメロン　クラッカー	ビスケット
30（火）		牛乳　ぶどう	ごはん	魚の南蛮漬け　味噌汁(小松菜) トマトとわかめのサラダ	ミルク　手作りカステラ*	せんべい

この色の日	は、スプーンを園で用意します。
16日(火)	3, 4, 5歳児の主食を園で用意します。

*手作りおやつ

あらやこども園のHPにて、ご家庭でも作れるレシピを紹介しています。お子さまと一緒に作れるポイント等も書いてあります♪ぜひご覧になってください。
URL／　http://www.araya.or.jp　あらやこども園

☆行事予定や献立は状況により変更になる場合があります。ご了承ください。