



11月の予定献立表



平成28年度 利用町立菅谷台保育所

Main table with columns for date, meal name, ingredients, and nutritional values. Includes a 'お弁当の日' ( Bento Day ) section.



今月の目標「旬の食べ物を知り、味わい、好きな食べ物を増やしましょう」



- 印 印のある日は、おはしと一緒にスプーン・フォークをお持ちください。
○お茶は「麦茶」になります。
○献立が変更になる場合がありますので、ご了承ください。
○玄關のサンプルケースに、給食と3時のおやつを展示しています。
○お迎えの時にぜひご覧ください。
※途中で帰宅するお子さんには、衛生面を考慮し、午後のおやつ等のお持ち帰りはありませんので、ご了承ください。
<給食だよ！>

月平均栄養価 未消化【3食】：543kcal・たんぱく質：19.8g・脂質：16.5g・塩分：1.7g

以上【3食】：590kcal・たんぱく質：21.4g・脂質：18.0g・塩分：2.1g

★給食で使用する利府産の食材★
米、じゃがいも、さつまいも、西洋かぼちゃ、ごぼう、大根、玉ねぎ、トマト、人参、にんにく、長ねぎ、白菜、ほうろく草

\*\*\*お知らせ\*\*\*
●1日(火)給食
●4日(金)いちご組リクエスト給食
●9日(水)郷土食メニュー
●15日(火)季節のご飯給食

感謝の気持ちを持って食事をしましょう!!
11月は、「みやぎ食育推進月間」です!!
家族みんなで楽しい会話をしながら食べると、とてもおいしく食べられます。
家族みんなで食事をすることは、栄養を取り入れるだけでなく、心を育て、心を癒します。

今月の行事食・郷土食
旬の食材を使った献立
○とってなげ(利府の郷土食)
※3才以上児合同でクッキングをします!!
○七五三のお祝い料理

毎月19日は食育の日
家族そろって楽しく食卓を囲みましょう!!