

# 給食だより

2023年 11月  
あけぼのこども園

～和食をもっと好きになろう～

日本の伝統的な食文化である「和食」。しかし現代の食卓は欧米化がすすみ「和食離れ」が加速しています。

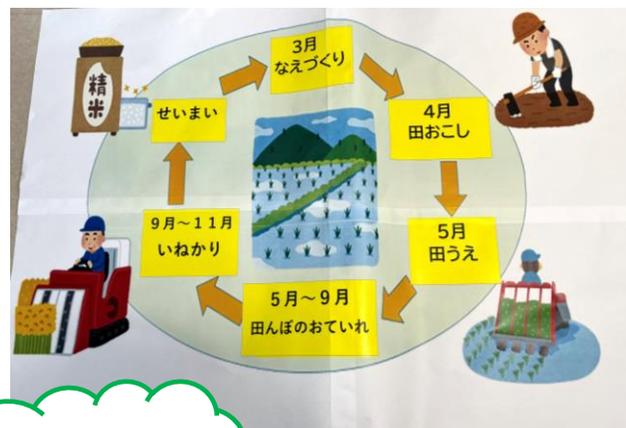
園では和食文化を子どもたちに伝える機会として、四季折々の旬の食材や伝統的な行事食を献立の中に取り入れています。また、11月24日（いいにほんしょく）は和食の日とされています。給食でもだしを使った和食メニューを予定しています。



		11月の献立	午前おやつ	午後おやつ
1	水	鮭みそ焼き ひじき煮 小松菜ハム和え フルーツ	お菓子	野菜 スコーン
2	木	肉じゃが 春雨マヨサラダ つけ野菜	ヨーグルト	お菓子
3	金	祝日・文化の日		
4	土	さつまい 江戸しゅうまい マカロニサラダ フルーツ おかかふりかけ	お菓子	お菓子
5	日	休日		
6	月	豚汁 ギョーザ もやしツナ和え	フルーチェ	お菓子
7	火	はんぺん納豆フライ 大根とほろ煮 トマトサラダ	お菓子	フルーツ ポンチ
8	水	しょうが焼き かぼちゃ甘煮 ほうれん草かぼ焼き和え	ヨーグルト	お菓子
9	木	さば味噌煮 子和え フロッキーサラダ フルーツ	お菓子	さつまいも クッキー
10	金	すき焼き風煮 肉しゅうまい 中華春雨サラダ フルーツ チーズ納豆	お菓子	アメリカン ドッグ
11	土	鶏の塩焼き ひとロスパ ごぼうサラダ	ヨーグルト	お菓子
12	日	休日		
13	月	イカメンチ ひじき煮 もやしハム和え	お菓子	スイート ポテト
14	火	和風おろしバーグ 小松菜ささみ和え つけ野菜	フルーチェ	お菓子
15	水	タラマヨ焼き 春雨ひき肉炒め ほうれん草なめたけ和え フルーツ	お菓子	七五三 ケーキ
16	木	コーンシチュー ケチャップウインナー コールスロー フルーツ	ヨーグルト	お菓子
17	金	かじきカツ 切干大根煮 スパゲティサラダ	お菓子	フレンチ トースト
18	土	親子煮 アジフライ マカロニサラダ フルーツ しらすふりかけ	ヨーグルト	お菓子
19	日	休日		
20	月	肉豆腐 ポテトサラダ つけ野菜	フルーチェ	お菓子
21	火	さんまみりん焼き 厚揚げとほろ煮 ほうれん草ごま和え フルーツ	お菓子	オレンジ ゼリー
22	水	おからボール もやしひき肉炒め 小松菜サラダ	ヨーグルト	お菓子
23	木	祝日・勤労感謝の日		
24	金	赤魚煮付け ひじきだし巻き卵 フロッキーおかか和え フルーツ	お菓子	ココア トースト
25	土	いもっこ汁 ナゲット 中華春雨サラダ フルーツ	ヨーグルト	お菓子
26	日	休日		
27	月	塩鮭 きんぴらごぼう 小松菜なめたけ和え フルーツ	フルーチェ	お菓子
28	火	マーボー豆腐 もやしささみ和え つけ野菜	ヨーグルト	お菓子
29	水	お誕生会 肉うどん アンパンマンポテト ほうれん草おかか和え フルーツ	...	ひよこ 蒸しパン
30	木	トマトひき肉カレー エビフライ コールスロー フルーツ	お菓子	ココアバナナ ケーキ

## 《 食育：お米について 》

9月の食育のテーマは「お米について」でした。みんなが毎日食べているお米はどのようにして作られているのか、また、田んぼで作られたお米がご飯（白米）になるまでを学びました。



おいしい  
お米をたくさん  
食べようね☆



## ～行事食のご紹介～

9月のお月見行事食は「お月見うさぎのココアプリン」でした♪



※行事、材料の都合などにより、献立が変更になる場合がありますのでご了承ください。玄関に掲示してお知らせします。