



3歳以上児 献立表



Main table with columns: 日/曜 (Day/Week), 献立名 (Menu Name), 3時おやつ (3pm Snack), 材料名 (Ingredients), and sub-columns for 熱や力になるもの (Energy/Heat), 血や肉や骨になるもの (Blood/Meat/Bone), and 体の調子を整えるもの (Body Balance). Rows include dates like 1金, 2土, 18月, 5-19火, 6-20水, 7-21木, 8-22金, 9土, 11-25月, 12-26火, 13-27水, 14-28木, 15金, 29金, 16-30土.

都合により献立内容を変更する場合があります。スープ・みそ汁のだしはかつお節からとっています。食品ロスの観点から献立表に掲載されていない余剰のお菓子やジュースを提供する場合があります。

★11月の旬

大根、白菜、きのこ類、さつまいも、みかん、りんご等

秋、冬の食材が旬を迎え始めています。給食でも取り入れています。ぜひご家庭でも旬の食材を楽しんでみてください。

★行事食

15日:七五三祝いメニュー

保育園ではこどもたちの健やかな成長をお祝いして、お祝いメニューを食べます。

22日:八王子産米を食べる日

市内の保育施設・幼稚園・小・中学校・特別支援学校の子どもたちみんなで八王子産の白いご飯を食べる日です。

地元のお米をみんなで食べ、地元のお米への興味や、農家さんへの感謝の気持ちなどを育むことにつなげていきます。

※八王子産米の日以外にも、八王子産の野菜等を使用予定です。

★石川保育園の人気メニュー

18日には、八王子市立石川保育園の人気メニュー「じゃがいもの鹿の子揚げ」が登場します！

★備蓄食品の使用

保育園では、備蓄食品をローリングストックしています。今年度買い替え予定のため11～12月で使用していきます。

11月はアルファ化米(12日・13日・26日)と紙コップパン(12日)を使用予定です。



Table showing monthly nutrition: 今月の栄養給与量, エネルギー 547kcal, たんぱく質 19.3g, 脂質 15.0g.

はちおうじ食育キャラクタ

ターはつちくん

公立保育園の給食レシビを紹介しています！



子育て応援サイトで紹介しています！こちらをクリック！