

11月分延長給食予定献立表

7年 泉チェリーこども園

日	曜日	7時まで	8時まで
1	土		
2	日		
3	月	文化の日	
4	火	おにぎり 味噌汁	鶏肉の醤油煮 オレンジ
5	水	和風スパゲティ	コーンサラダ グレープフルーツ
6	木	おにぎり すまし汁	えびの炒め煮 オレンジ
7	金	ツナピラフ	春雨スープ バナナ
8	土		
9	日		
10	月	豚味噌丼	青菜のすまし汁 バナナ
11	火	おにぎり 味噌汁	じゃがいものそぼろ煮 オレンジ
12	水	マーボー豆腐うどん	ブロッコリーサラダ グレープフルーツ
13	木	おにぎり すまし汁	筑前煮 オレンジ
14	金	ドライカレー	野菜スープ バナナ
15	土		
16	日		
17	月	ケチャップライス	ポテトスープ バナナ
18	火	おにぎり 味噌汁	鶏肉の醤油煮 オレンジ
19	水	和風スパゲティ	コーンサラダ グレープフルーツ
20	木	おにぎり すまし汁	えびの炒め煮 オレンジ
21	金	ツナピラフ	春雨スープ バナナ
22	土		
23	日	勤労感謝の日	
24	月	振替休日	
25	火	おにぎり 味噌汁	じゃがいものそぼろ煮 オレンジ
26	水	マーボー豆腐うどん	ブロッコリーサラダ グレープフルーツ
27	木	おにぎり すまし汁	筑前煮 オレンジ
28	金	ドライカレー	野菜スープ バナナ
29	土		
30	日		

※ 8時までご利用の方は「7時までの主食・汁物」も付きます。

子どもの生活習慣病

乳幼児期の食事は、生涯における食習慣形成の基礎となります。子どもでも朝食の欠食やお菓子の食べ過ぎ、運動不足や不規則な生活により、肥満などを引き起こし、ついには生活習慣病にまで発展する可能性があります。まずは、乳幼児期のうちに正しい生活リズムを身につけて、健やかな生活習慣の基礎を作るように心がけましょう。

