

2023年10月

アレルギー対応メニュー

卵

甲殻類

予定献立表・幼児食



Happyチャイルド保育園

Main menu table with columns for days of the week (Sun-Fri), meals (Breakfast, Lunch, Dinner), ingredients, and nutritional values. Includes a 'Sports Day' section on Oct 9th and a 'Rice' section on Oct 16th.

爽りの秋、食欲の秋、スポーツの秋がやってきました。この時期は山や海の幸が豊富に出回り、味覚を楽しむのに絶好の季節です。給食の献立にも秋の食材を取り入れました。また、からだを動かすのも最適な時期です。休日を利用して、子どもと一緒にからだを動かしてみたいかがでしよう。

食欲が増すこの時期がチャンス! 苦手な野菜にチャレンジしよう! 子どもの野菜が苦手な理由として、苦味や酸味、におい、食感、見た目などがあるようです。からだの健康を保つためには、野菜は欠かせないものです。苦手なものも少しずつ食べられるようになるといいですね。

10月の旬 かぶ だいこん にんじん チンゲン菜 エリンギ 銀杏 柿 ぶどう 梨 いちじく 栗 さつまいも さといも イカ イワシ サケ サンマ