

2023年10月

大豆 魚 卵 生の豆乳のみ除去対応 代替食・除去対応 除去対応

予定献立表・幼児食 [魚・卵・大豆アレルギー対応]



Happyチャイルド保育園

Main menu table with columns for dates (2-31), meals (breakfast, lunch, dinner), ingredients, and nutritional information (kcal, protein). Includes seasonal notes for October and allergen information.



スポーツの日

実りの秋、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

