



月	火	水	木	金	土
<p>11/20(水) たんぽぽ組食事公開 及び 弁当の日 たんぽぽ組以外のクラスはお弁当の準備をお願いします。</p> <p>11/27(水) 芋煮会 大鍋にさつまいも、里芋を入れた具だくさんの豚汁を園庭で作ります。 都合により献立・材料を変更する場合があります。★印は新メニューです。</p>				1 ごはん 五目きんぴら 大根煮物 さつまいもスープ	2 焼ソバ 味噌汁
4 文化の日 振替休日 	5 煮込みうどん 高野煮物 里芋煮物 こんにゃく煮物	6 ごはん ★手作り厚揚げ 昆布と人参の煮物 さといも汁	7 ごはん 豚肉とさつまいもの 甘辛煮 にらともやしの きのこ汁 ごま和え	8 ★豚ごぼうごはん 魚の塩麹焼き 納豆和え 味噌汁	9 炒飯 ワカメスープ
	大根菜おにぎり 野菜煮物 お茶	ふかし芋 いりこ お茶	きなこ団子 昆布 お茶	さつまいもホットケーキ 柿 牛乳	ロールパン いりこ お茶
11 ごはん いり鶏 キャベツと小松菜の じゃこ和え もやしスープ	12 ごはん 里芋コロッケ レタスとワカメの サラダ 味噌汁	13 ごはん 魚ネギ味噌焼き 干し大根煮物 小松菜納豆 すまし汁	14 ごはん 肉豆腐 もやし煮びたし 味噌汁	15 ごはん 焼鯖と玉葱の煮物 じゃがいもごま和え 豆乳カレースープ	16 鮭おにぎり 豚汁
さつまいも餅 するめ 牛乳	切干おにぎり 野菜煮物 お茶	★ごまおさつ焼 昆布 お茶	大豆いりこ お茶	焼きのりおにぎり いりこ お茶	小丸パン 昆布 お茶
18 ごはん 手羽元さっぱり煮 ★里芋マヨサラダ じゃこスープ	19 ごはん 焼魚 バリバリこんにゃく 蒸しブロッコリー 味噌汁	20 たんぽぽ組 食事公開日 弁当の日	21 ごはん 手作りがんも 大根五目煮 味噌汁	22 ごはん 厚揚げステーキ にらもやしソテー 白菜ミルクスープ	23 勤労感謝の日
梅じゃこおにぎり するめ お茶	ぜんざい 昆布 お茶	スイートポテト いりこ 牛乳	五目おにぎり するめ お茶	青のりおにぎり 野菜煮物 お茶	
25 ごはん 大根そぼろ煮 ほうれん草磯和え 味噌汁	26 きのこごはん 魚のごま揚げ 里芋梅サラダ とろろ昆布すまし汁	27 芋煮会 おにぎり 豚汁 みかん	28 ごはん 鮭ちゃんちゃん焼 あらめ炒め煮 きのこことベーコンの スープ	29 ごはん 麻婆豆腐 大根酢味噌和え ワカメスープ	30 バザー準備 パン 野菜スープ
大学芋 いりこ 牛乳	コッペパン りんご 牛乳	さつまいも大福 昆布 お茶	大豆おにぎり するめ お茶	ごぼう唐揚げ いりこ お茶	おかかおにぎり 昆布 お茶

**食べもので身体も心も変わる第3弾
輸入肉が危険なわけ。
安すぎる肉には裏がある！**

肥育ホルモン剤はなぜ危険か？

早めに成長をさせ太らせることができる肥育ホルモン剤。生産の効率を上げるために使用しています。機械化された工場ですぐさまベルトコンベアーに乗せられ、次々食肉にされてしまいます。これを使用すると微量に牛肉に残留して、ヒトの体内に取り込まれるとさまざまな病気や障害になりやすくなります。子どもだと、発達障害、アレルギーなどがあり、大人だと、子宮体がん、乳がん、前立腺がん、不妊などへの因果も懸念されています。

米産の牛肉は特に危険！！薬漬けの米産の牛。

家畜たちは、意図的に成長を早め太らせるために使用する『肥育ホルモン剤』。低価格にするため狭いスペースで大量に飼育されるので、病気になるように使用する『抗生物質』。見た目のおいしさを追求するために使用する赤みを増す薬剤。さまざまな薬品を使って、薬漬け状態になっています。

引用文献 食べもの文化 11月号より

日米間の自由貿易協定が合意され、輸入牛肉の関税が引き下げられました。幸いに国産牛は、肥育ホルモン剤を使用していませんが、反対に使用した牛肉が輸入でどんどん入ってきます。特に**安い輸入肉は危険**です。輸入増が予想されるので、要注意です。輸入の豚肉、鶏肉も同じです。

食べたもので身体はできています。なるべくいいものを子どもに食べさせたいものです。輸入品に頼らず、国産のもの、地元のものを購入しましょう。