

給食献立表

さくら・もも組の午前のおやつは牛乳・フルーツかお菓子です。

9月

給食だより

豊里幼稚園

令和3年9月1日

厳しかった夏の陽射しも秋風とともに少しづつ和らいできました。涼しくなってくると子供たちの運動量も増え、食欲も旺盛になります。夏の疲れがでてくるこの季節、毎日の食事を見直して、バランスのとれた食生活をおくれるように心がけましょう。

これからは「秋」本番がはじまります。秋の味覚といえばさんま・クリ・ぶどう・なし・新米とたくさんの食材が私たちを楽しませてくれます。給食でも秋の味覚を取り入れて、季節を楽しんでいきたいと思えます。

今月のねらい

*十分に水分補給をする。

*旬の野菜や魚を食べ

夏の疲れを吹きとばそう。

*睡眠をしっかりとする。

今月の行事

24日(金)お誕生日会

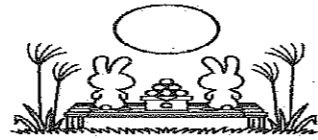
全員ご飯はいりません。

コップとお箸を忘れないように。



お月見を楽しみましょう

秋の入り口となる9月になると、空気がすんで夜空の月や星がきれいにみえます。旧暦の8月15日(新暦では9月中旬から10月上旬)の十五夜は1年で最も月が美しいといわれ、中秋の名月とよばれています。中秋とは「秋の真ん中」という意味です。十五夜にちなんで15個のお団子をおそなえしますが、芋類の収穫祝いもかねているので別名「芋名月」と言われています。夜空に輝く美しい月を眺めながら感謝の祈りをささげたいですね。



非常食の準備はされていますか?

9月1日は、防災の日です。これは、大正12年におきた関東大震災の教訓を忘れないため、そしてこの時期におきやすい台風への心構えをするために制定されました。水道・ガス・電気が使えなくなったとしたら、どんな食事をするのか、想像して非常食を準備しましょう。

災害に備えた食料品などを日常的に使いまわす備蓄も大切です。

(ローリングストック) 普段から缶詰や水・レトルト商品を多めに買いそろえ、賞味期限をみながら日常的に使って買い足していけば無理なく備蓄できて、いざというときの非常食として使えます。

食材だけでなく、カセットボンベや卓上コンロも備えておくと安心です。



日	曜日	献立メニュー	主な材料	午後のおやつ	
				きく・ゆり・ばら	さくら・もも
1	水	八宝菜 焼売 青梗菜のスープ オレンジ	豚肉 白菜 玉葱 人参 椎茸 ブロッコリー えび/シウマイ /青梗菜 えのき 人参 豆腐 鶏がらスープの素/オレンジ	きのこの 炊き込みご飯	きのこの 炊き込みご飯
2	木	鶏肉の唐揚げ グリーンサラダ コンソメスープ オレンジ	鶏肉 にんにく 生姜 片栗粉 小麦粉/キャベツ 玉葱 胡瓜 かにかま/じゃが芋 玉葱 人参 コンソメ パセリ/オレンジ	牛乳 お菓子 チーズ	牛乳 お菓子 チーズ
3	金	けんちん煮 春雨サラダ みそ汁 パナナ	豚肉 大根 人参 ちくわ 椎茸 油揚げ 葱/春雨 人参 胡瓜 ハム ごま油 /鮭 玉葱 小松菜 みそ/パナナ	牛乳 さつまいも クッキー	牛乳 さつまいも クッキー
4	土	サンドイッチ 牛乳 果物			
6	月	ツナじゃが オーロラソース和え みそ汁 オレンジ	ツナ メークイン 玉葱 人参 椎茸 枝豆/マカロニ 胡瓜 人参 卵 マヨネーズ ケチャップ/南瓜 揚げ 玉葱 みそ/オレンジ	牛乳 焼きうどん	牛乳 焼きうどん
7	火	五目つくね キャベツの中華風サラダ みそ汁 オレンジ	鶏ミンチ 人参 ひじき 玉葱 ちくわ 卵/キャベツ 胡瓜 人参 ちくわ ごま油/白菜 人参 豆腐 みそ/オレンジ	牛乳 ぶどうゼリー お菓子	牛乳 ぶどうゼリー お菓子
8	水	豚肉と春雨の炒め物 なめたけ和え かき玉汁 オレンジ	豚肉 人参 春雨 しめじ ごま ごま油/ほうれん草 白菜 人参 なめたけ/玉葱 卵 人参 チンゲン菜/オレンジ	牛乳 ふわふわ おやつパン	牛乳 ふわふわ おやつパン
9	木	鶏肉のねぎ南蛮 ポパイサラダ すまし汁 パナナ	鶏肉 玉葱 人参 小麦粉/ほうれん草 卵 人参 キャベツ マヨネーズ /豆腐 えのき かまぼこ 葱/パナナ	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
10	金	白身魚の梅みそ焼き 人参しりしり みそ汁 オレンジ	たら(白身魚) 梅 みそ/人参 卵 玉葱 ツナ ピーマン/さつまいも 豆腐 人参 わかめ 青葱/オレンジ	牛乳 ドーナツ おしゃぶり昆布	牛乳 ドーナツ りんご
11	土	サンドイッチ 牛乳 果物			
13	月	ビーフシチュー きつねサラダ ちくわの照り煮 パナナ	牛肉 メークイン 玉葱 人参 しめじ ブロッコリー ビーフシチュー/油揚げ 大根 胡瓜 人参/ちくわ/パナナ	牛乳 メロンラスク	牛乳 メロンラスク
14	火	とんかつ ごま和え みそ汁 オレンジ	豚ひれ肉 小麦粉 卵 パン粉 油 ソース/白菜 小松菜 かにかま ごま/豆腐 なめこ 大根 葱 みそ/オレンジ	牛乳 さつまいも りんご煮	牛乳 さつまいも りんご煮
15	水	さつまいもグラタン みそマヨ和え 豆腐のスープ オレンジ	さつまいも 豚ミンチ 玉葱 人参 ほうれん草 小麦粉 パン粉 牛乳 バター 粉チーズ/キャベツ ちくわ わかめ みそ マヨネーズ /豆腐 人参 たら/オレンジ	焼きおにぎり	焼きおにぎり
16	木	ポテトとチーズの卵焼き イタリアンスパゲティ みそ汁 オレンジ	じゃがいも 玉葱 ベーコン チーズ 卵 コンソメ ケチャップ /スパゲティ コーン 胡瓜 人参/大根 厚揚げ 人参 みそ/オレンジ	ヨーグルト パナナ	ヨーグルト パナナ
17	金	鮭のちゃんちゃん焼き 南瓜煮 すまし汁 オレンジ	鮭(白身) キャベツ 人参 玉葱 しいたけ みそ/バター/南瓜 /豆腐 かにかま ほうれん草/オレンジ	牛乳 お菓子 するめ	牛乳 お菓子 するめ
18	土	サンドイッチ 牛乳 果物			
20(月) 敬老の日・代休					
21	火	月見うどん ウィンナー 大豆とひじきのサラダ オレンジ	うどん 卵 椎茸 人参 葱 鶏肉/ウィンナー/大豆 ひじき 人参 ちくわ 胡瓜 ごまドレッシング/オレンジ	牛乳 うさぎ 蒸しパン	牛乳 うさぎ 蒸しパン
22	水	さんまのカレー焼き みそ汁 コールスローサラダ パナナ	さんま(白身魚) 片栗粉 カレー /キャベツ 胡瓜 人参 ハム ドレッシング/じゃがいも 豆腐 人参 みそ/パナナ	牛乳 きなこおはぎ	牛乳 きなこおはぎ
23(木) 秋分の日					
24	金	♪お誕生日会♪	わかめご飯 ハンバーグのきのこソースかけ ゆかり和え みそ汁 ゼリー(オレンジ)	牛乳 ケーキ	牛乳 ケーキ
25	土	サンドイッチ 牛乳 果物			
27	月	鱈の生姜煮 真沢山みそ汁 ブロッコリーときのこのごま酢和え パナナ	鱈(白身魚) 生姜/大根 人参 うす揚げ 豆腐 ごぼう 白葱 みそ/ブロッコリー 胡瓜 えのきごま/パナナ	牛乳 じゃこマヨ トースト	牛乳 じゃこマヨ トースト
28	火	おでん キャベツの塩昆布和え みそ汁 オレンジ	大根 卵 人参 ちくわ こんにゃく 平天/キャベツ 胡瓜 塩昆布/豆腐 えのき わかめ 葱 みそ/オレンジ	牛乳 りんごの ガレット	牛乳 りんごの ガレット
29	水	鶏肉と野菜の中華風炒め 大根とツナのサラダ みそ汁 パナナ	鶏肉 小麦粉 玉葱 人参 椎茸 ピーマン ごま油 オイスターソース /大根 ツナ 胡瓜 すりごま/さつまいも 玉葱 葱 みそ/パナナ	牛乳 梨 お菓子	牛乳 梨 お菓子
30	木	コーンフレークチキン オレンジ 梅おかか和え みそ汁	鶏肉 コーンフレーク マヨネーズ/キャベツ もやし 人参 鶏肉 糸けすり/じゃがいも 豆腐 小松菜 葱 みそ/オレンジ	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子

玄関に、献立の写真を掲示しています。お迎えに来られた時、見てお帰り下さい。
都合により、献立を変更することがあります。