




9月 給食献立表



築港ちどり保育園 令和 5年 9月 1日

| 日 | 曜 | 3歳未満児 10時のおやつ | 給食献立名 | 3時のおやつ |
|----|---|------------------|---------------------------------------|--------------------|
| 1 | 金 | 牛乳 乳ポーロ | ビビンバ、わかめスープ、もも缶 | 牛乳 チーズ しょうゆせんべい |
| 2 | 土 | 牛乳 クッキー | 焼きそば、きゅうりの磯和え、バナナ | 牛乳 クラッカー |
| 4 | 月 | 牛乳 マンナ | テンペ入りかき揚げ、土佐酢和え、トマト、大根のみそ汁(3未、梅の香ごはん) | 牛乳 豆乳オレンジゼリー |
| 5 | 火 | 牛乳 シガーフライ | 魚のレモンしょうゆかけ、切干大根のチャブチェ風、白菜のすまし汁、みかん缶 | 牛乳 チーズラスク |
| 6 | 水 | 牛乳 ウエハース | 肉じゃが、もずくの酢の物、しゅうまい、梨 | 牛乳 焼きビーフン |
| 7 | 木 | 牛乳 ルヴァンクラシカル | ささみの天ぷら、和風サラダ、オクラ納豆、かきたま汁 | 牛乳 小倉サンド |
| 8 | 金 | 牛乳 マリービスケット | カレーライス、大根サラダ、ゆで卵、オレンジ | 牛乳 小魚甘辛 ベジタべる |
| 9 | 土 | 牛乳 サブレ | スパゲッティナポリタン、フレンチサラダ、バナナ | 牛乳 せんべい |
| 11 | 月 | 牛乳 ビスコ | マーボー豆腐、ばんさんすう、焼きししゃも、りんご | 牛乳 きのこのピザトースト |
| 12 | 火 | 牛乳 プチスナック | 鮭のムニエル、ごま塩サラダ、ミネストローネ、パイン缶 | 牛乳 豆乳もち |
| 13 | 水 | 牛乳 バナナ | みそけんちん汁、野菜とちくわの和え物、ミートボール、ひじきふりかけ | 牛乳 りんごケーキ |
| 14 | 木 | 牛乳 カルシウムせんべい | 干草焼き、じゃが芋のきんぴら、なめこの赤だし汁、オレンジ | 牛乳 フルーチェ |
| 15 | 金 | 牛乳 スティックパン | ツナごはん、鶏肉の磯辺揚げ、かぼちゃサラダ、豆腐のすまし汁 | 牛乳 源氏パイ |
| 16 | 土 | 牛乳 クラッカー | 冷やし五目うどん、キャベツのゆかり和え、バナナ | 牛乳 サブレ |
| 19 | 火 | 牛乳 シガーフライ | 鶏肉のマリネ、スパゲッティソテー、トマト、きのこスープ | 牛乳 ねぎチヂミ |
| 20 | 水 | 牛乳 マリービスケット | 鮭の塩焼き、切干大根の炒め煮、煮豆、なすのみそ汁 | 牛乳 ゆかりクッキー |
| 21 | 木 | 牛乳 ビスコ | チンジャオロースー、グリーンポテト、冬瓜スープ、味付けのり | 牛乳 十五夜プリン |
| 22 | 金 | 牛乳 ウエハース | カラフルもずく丼、スマイルポテト、ブロッコリーのおかか和え、麩のすまし汁 | 牛乳 ソフトせんべい |
| 25 | 月 | 牛乳 カルシウムせんべい | 豚肉となすのみそ炒め、焼きかぼちゃ、焼き春巻き、手作りふりかけ | 牛乳 ミックスフルーツ |
| 26 | 火 | 牛乳 乳ポーロ | 中華風ローストチキン、野菜ソテー、じゃが芋の中華スープ、梨 | 牛乳 きなこおはぎ |
| 27 | 水 | 牛乳 マンナ | 魚のバーベキューソース、マカロニサラダ、コーンスープ、パイン缶 | 牛乳 カレンズサブレ |
| 28 | 木 | 牛乳 バナナ | 香味煮、野菜の青のり和え、チキンナゲット、納豆、玉ねぎのみそ汁 | 牛乳 かぼちゃの米粉蒸しパン |
| 29 | 金 | 牛乳 スティックパン | お月見丼(三色丼)、さつま芋の甘煮、すまし汁、りんご | 牛乳 お月見ゼリー |
| 30 | 土 | 牛乳 クッキー | きつねうどん、もやしのごま酢和え、バナナ | 牛乳 ビスケット |

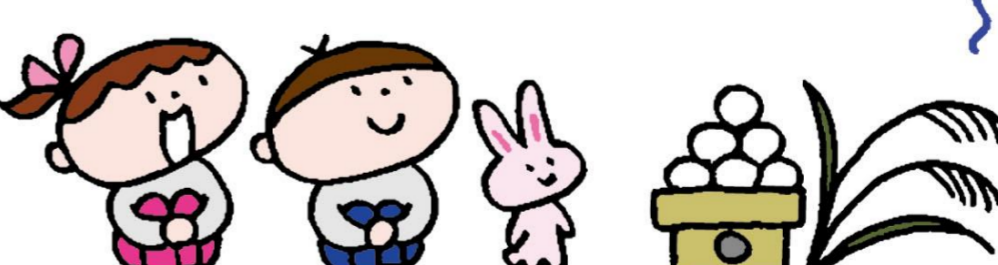


絵本を通じて 食育を

読書の秋、子どもたちに絵本と食べ物との出会いを体験させてみては？ 絵本に出てくる食べ物のイメージは、ワクワクとした気持ちとともに食への関心を高めます。「食」は、生きることの基本です。絵本の世界から、実際の食べ物を見て料理を味わうことで、子ども心の中に深く「食」が刻まれていくことでしょう。絵本を通じて食べる楽しさや作るおもしろさ、好き嫌いの克服や食事のマナーなど、「食の世界」を広げていってあげたいものです。

中秋の名月「お月見」

中秋の名月を「十五夜」ともいいます。十五夜は、秋の美しい月を見ながら収穫に感謝する日といわれ、十五夜には、15個のお団子をお供えます。お月見に欠かせないお団子は、白玉粉や上新粉で作ります。白玉粉で作るときは、豆腐を入れるとなめらかになり、子どもたちも食べやすくなります。お月様の見えるところにお団子と、秋に収穫される果物やススキを供えて、感謝と祈りを捧げましょう。



※アレルギーのある園児には、給食・おやつとも除去食や代替食で対応しています。