



9月の給食だより

9月の献立表

日/月	未満児おやつ	副食	食	3時のおやつ
月 10	牛乳 丸ボーロ	薩摩汁 もずくの酢の物		お茶 きなこおはき
火 11 25(誕)	お茶 マリールースケット	大豆の磯煮 コールスローサラダ	(19日)	ミルク バナナとせんべい (11・18日)
水 12(バ) 26	お茶 星たべよせんべい	魚のカレーチーズ焼き 盛り合わせサラダ	いら玉スープ	アイスクリーム 白い風船
木 13 27	牛乳 ハッピーターン	鶏肉と野菜の甘酢煮 ほうれん草とハムのサラダ		ミルク 梨とビスコ
金 14 28	もも缶	厚揚げの味噌炒め 大根の酢の物		牛乳 スイートポテトシヨコラ
土 1 15 29	バナナ	汁ピーフン ぶどう		牛乳 パン
月 3	りんご	のっぺい汁 ひじきのナムル		牛乳 ヨーグルトケーキ
火 4 18	牛乳 アンパンマンせんべい	魚のフライゴマソース ポイルキヤバツ	中華風コーンスープ	ミルク オレンジとクッキー (4日)
水 5 19	みかん缶	干切り大根の含め煮 かみかみサラダ	(5日)	お茶 お月見団子(あずき)
木 6 20	牛乳 まがりせんべい	きのこ山のカレー ブロッコリーの中華和え		ミルク シェンケリー
金 7 21(弁)	牛乳 クッキー	魚の塩焼き もやしと小松菜の味噌汁	南瓜サラダ	フルーツポンチ (7日) フルーツゼリー (21日)
土 8 22	お茶 卵ボーロ	焼きうどん オレンジジュース		牛乳 パン

*都合により献立を変更する場合があります。

お誕生会のメニュー

9月25日(水)

- 三色そばろ御飯
- パンサンスー
- チキンナゲット
- すまし汁・ぶどう
- 牛乳・チーズケーキ
- 未満児：456kcal
- 以上児：577kcal

バイキングメニュー

- 9月12日(水)
- カレーピラフ
- メンチカツ
- シーザーサラダ
- コンソメスープ
- 未満児：479kcal
- 以上児：600kcal

お弁当の日

9月21日(金)



平成30年9月1日
とほく認定こども園



ソーメンだけが流れてくるわけではありませぬ。赤い点が見えますか?…ミニトマト!



お店屋さんごっこには「かき氷屋」さんも出品。こちらは本当に食べられるとあって大人気でした。



実物の大きさのマグロのパネルを子ども達に作らせ、お魚の大きさや泳ぐ場所、栄養の違いを話しました。



カレークッキングに備え、衛生や安全への心構え、調理器具の名前と役割を話し、具材の切り方について関心をもつように話しました。



まだ暑い日が続いていますが、少しずつ秋の気配が感じられます。秋に向けておいしい旬の食材が揃い、給食を彩ってくれます。旬の食材や新鮮な食材はそれだけでおいしいもの。過度な味付けをしなくて良いので減塩になります。減塩の工夫には他にも、汁ものばだしのうま味をしっかりと効かせたり、汁に旬の食材をたっぷり入れて汁の水分量を減らすなどもあります。



<季節の食材> かぼちゃ・さつまいも・鮭・さんま・梨・ぶどう