



# 9月の給食だよ!

## 9月の献立表



| 日/月     | 未満見おやつ        | 副                | 食                       | 3時のおやつ          |
|---------|---------------|------------------|-------------------------|-----------------|
| 月 14    | お茶            | 薩摩汁              | 魚の刺身                    | ミルク             |
| 月 28    | サッポロポテト       | わかめとしらすの酢の物      | 魚の刺身                    | バナナとコアラのマーチ     |
| 火 1     | お茶            | 魚のカレーチーズ焼き       | 魚のカレーチーズ焼き              | お茶              |
| 火 15    | クッキー(手ヨイス)    | 盛り合わせサラダ         | 盛り合わせサラダ                | 冷やしぜんざい(芋)      |
| 火 29(祝) |               | トマトとわかめの卵スープ     | トマトとわかめの卵スープ            |                 |
| 水 2     | 牛乳            | マーボー豆腐           | マーボー豆腐 (2.16日)          | ミルク             |
| 水 16    | ミニサラダ (2.16日) | ブロッコリーのオーロラソース和え | ブロッコリーのオーロラソース和え        | 梨とピコラ (2.16日)   |
| 水 30    |               |                  |                         |                 |
| 木 3     | みかん缶          | きのこの山のカレー        | きのこの山のカレー               | 牛乳              |
| 木 17    |               | ささみと野菜のりサラダ      | ささみと野菜のりサラダ             | ふくれ菓子           |
| 金 4     | 牛乳            | 魚の南蛮漬            | 魚の南蛮漬                   | フルーツ白玉          |
| 金 18(休) | まがりせんべい       | 豆乳汁              | 豆乳汁                     |                 |
| 土 5     | お茶            | 焼きうどん            | 焼きうどん                   | 牛乳              |
| 土 19    | 動物ビスケット       | ぶどう              | ぶどう                     | パン              |
| 月 7     | お茶            | のっぺい汁            | のっぺい汁                   | ミルク             |
| 月 21    | こつがっこ         | ひじきとベーコンのサラダ     | ひじきとベーコンのサラダ            | ビスケットミルフィーユ     |
| 火 8     | 牛乳            | ひき肉と春雨の炒め物       | ひき肉と春雨の炒め物              | ぶどう             |
| 火 22    | 白い風船 (8.30日)  | マカロニサラダ          | マカロニサラダ (8.30日)         | ハッピーターン (8.30日) |
| 水 9(休)  | お茶            | 人参の卵とじ           | 人参の卵とじ                  | ヨーグルト           |
| 水 23    | ハーベスト         | さっぱり甘酢和え         | さっぱり甘酢和え                | ぱりんこせんべい        |
| 木 10    | バナナ           | 酢豚               | 酢豚                      | 牛乳              |
| 木 24    |               | 三色酢の物            | 三色酢の物                   | のりサンド           |
| 金 11    | 牛乳            | 魚のみりん焼き          | 魚のみりん焼き                 | ミルク             |
| 金 25    | 星たべよせんべい      | ほうれん草とハムのサラダ     | なめこの味噌汁<br>ほうれん草とハムのサラダ | ムーンライトソフトクッキー   |
| 土 12    | りんご           | 五目ラーメン           | 五目ラーメン                  | 牛乳              |
| 土 26    |               | オレンジジュース         | オレンジジュース                | 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29日(火)  
焼豚チャーハン  
鶏の照り焼き  
ポテトサラダ  
コンソメスープ  
ぶどう  
牛乳・チーズ蒸しパン  
未満児: 423kcal  
以上児: 536kcal

### バイキングのメニュー

9月9日(水)  
ピビンバ  
魚のカレーフリッター  
かき玉汁  
未満児: 465kcal  
以上児: 596kcal

### お弁当の日

9月18日(金)

令和2年9月1日  
とほく認定こども園

## おいしい行事食



ライオンカレーのお買い物。材料選びやレシピも自分たちでします。お金は足りるかな?と不安ばかりです。



ライオンカレーの調理も終わりお食事会。うまい具合にできて、この時が一番楽しみなのかもかもしれません。



「何だろろうボックス」で夏の匂を手で触り、言葉で表現しますが、難しいようです。この後水に浮く、浮かぬ食物の違いも体験しました。



ライオンカレークッキングに向けて、調理器具の名前や役割、調理手順、包丁の使い方を確認しました。大変そうです。



\*夏の疲れに気をつけて\*

厳しい暑さもひと段落。朝夕の風に秋の気配が感じられるようになりました。夏の疲れが出やすいこの時期、まずは体をゆっくり休めることが大切です。夜は早めに布団に入り、睡眠をたっぷりとりましょう。

