



# 9月の給食だよ!

## 9月の献立表



日/月	未満見おやつ	副食	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 (8.30日)	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	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 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

### おいしい行事メニュー



ライオンカレーのお買い物。材料選びやレシジ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、浮かぬい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。

