

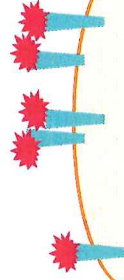
9月の給食だよ!

9月の献立表



曜日/日	未満児おやつ	副	食	3時のおやつ
月 1 29	牛乳 ホームパイ	わかめ御飯 のっぺい汁	はるさめきんぴら	ミルク バウムクーヘン
火 2 16 30(義)	お茶 ハーベスト	タンダーフイッシュ 盛り合わせサラダ 厚揚げとえのきの味噌汁		バナナ 雪の宿せんべい
水 3(バ) 17	お茶 ぱりんこせんべい	豚肉と卵の中華風炒め ポパイサラダ		アイスクリーム・ウエハース(3日) 牛乳・スティック芋 (17日)
木 4 18	バナナ	切り昆布の炒め煮 ブロッコリーとトマトの黒ごまサラダ		ミルク ツナマヨ煮しパン
金 5 19(井)	牛乳 まがりせんべい	鯉のきのこあんかけ チンゲン菜の中華スープ		フルーツヨーグルト和え(5日) フルーツのゼリーがけ(19日)
土 6 20	お茶 動物ビスケット	カレーうどん 野菜スープ		牛乳 パン
月 8 22	お茶 サツポロポテト	さつま汁 キャベツときゅうりの中華和え		梨 クッキー(セブール)
火 9	牛乳 白い風船	鶏の塩麹焼き かぼちゃサラダ	ビーフンスープ	お茶 洋風煎り粉餅
水 10 24	お茶 ひよこのサブレー	マーボー豆腐 みかんサラダ		ミルク スティックチョコパン
木 11 25	みかん缶	きのこのカレー 小松菜のサラダ風おひたし		牛乳 お好み焼き(コーン)
金 12 26	牛乳 エリーゼ(さつま芋)	白身魚の竜田揚げ 切干し大根の煮物	里芋の味噌汁	オレンジ きなこせんべい
土 13 27	お茶 アスバラガスビスケット	三色そうめん 梨		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30日(火)
ホットドッグ
スパゲティ(ケチャップ和え)
ジュリアンスープ
プリンアラモード
未満児: 351kcal
以上児: 438kcal

バイキングのメニュー

9月3日(水)
ビビンバ
肉団子の甘酢あん
わかめスープ
未満児: 398kcal
以上児: 497kcal

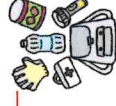
お弁当の日



9月19日(金)

知って得する食の知恵袋

災害食と備蓄



9月1日は「防災の日」です。台風や豪雨、地震など災害について認識を深め家庭での備蓄を点検してみましょう。一般的に食品の備蓄は3日~1週間分とされています。ただし、ミルクや離乳食が必要なお子様や、食物アレルギーへの配慮が必要なお子様がいる場合は、2週間分を備蓄しておくことと安心です。また、日ごろ食べているものを多めに備え、ふだんの食事で消費しながら、食べたぶんを買い足す「ローリングストック」がおすすめです。

令和7年9月1日
とほく認定こども園・分園

お楽しみ会



学童保育の小学生も同じメニュー。こども園の頃を思い出して笑顔で頂きました。



ポテパインティングで思いっきり遊んだ後は、おいしいお弁当タイム。素敵なお弁当はつい自慢したくなります。



「この葉は何?」と野菜の葉の絵のクイズを楽しみ、葉や茎・根・実とそれぞれに栄養があることを話しました。



カレークッキングに使う鍋や包丁などの道具の名前を覚え、使い方を話し、また、カレーの栄養についても話しました。

