

9月の給食だより

【今月の目標】
好きな物だけでなく
苦手な物も食べてみよう

2024年8月30日
足羽東こども園

日	曜	献立名	9時30分 (未満児)	15時(全員)	延長保育 (飲み物 お茶)
2	月	さばのかばやき パインいりキャベツサラダ さつまいもとねぎのみそしる	牛乳 プチクッキー	ミルク ひじきあられ	ビスケット
3	火	てりやきにくだんご マカロニサラダ オクラとしめじのスープ	牛乳 ちよぼちよぼ焼き	おちゃ てづくりゼリー	せんべい
4	水	あげごはん だしまきたまご ステックやさいのマヨネーズぞえ ほしふとわかめのすましじる	牛乳 せんべい	ミルク むらさきもちっぶ	クッキー
5	木	まーぼーどうふ ひじきいりあげぎょうぎ オレンジ	牛乳 ビスケット	おちゃ こぎかなせんべい	ビスケット
6	金	とりにくのカレーふうみために ブロッコリーのフレンチドレッシングかけ もずくスープ	牛乳 お子様せんべい	ミルク ほしたべよ	せんべい
7	土	土曜保育ご利用の方は、弁当・お茶・箸を持参下さい	おちゃ せんべい	おちゃ ビスケット	
9	月	ちくわのいそべあげ きざみなっとう ひやしきゅうりのごまみそがけ えのきとたまねぎのすましじる	牛乳 ゼリー	ミルク せんべい	クッキー
10	火	ベーコンいりジャーマンポテト ツナいりきりぼしだいこんのサラダ わかめとコーンのスープ	牛乳 かぼちゃせんべい	おちゃ きなこマカロニ	ビスケット
11	水	誕生会 🎂 ベーコンいりピラフ ナゲット トマト ジュリアンスープ	牛乳 せんべい	カルビス タルト	せんべい
12	木	しろみさかなのフライ チンゲンサイとコーンのソテー どうふとなすのみそしる	牛乳 お米ボーロ	ミルク ビスケット	クッキー
13	金	たまねぎいりぶたのしょうがやき いんげんのごまあえ もやしிரいやさいのみそしる	牛乳 ソフトせんべい	おちゃ パナナ	ビスケット
14	土	土曜保育ご利用の方は、弁当・お茶・箸を持参下さい	おちゃ せんべい	おちゃ ビスケット	
16	月	敬老の日 🍷🍷			
17	火	たまねぎいりとりにくのさっぱりな ブロッコリーのおかかあえ トマトとたまごのみそしる	牛乳 野菜家族	ミルク おつきみクレープ	せんべい
18	水	ポークカレーシチュー ふくしんづけ フルーツミックスヨーグルト	牛乳 クッキー	ミルク わかめチップス	クッキー
19	木	メンチカツ キャベツのゆかりあえ ふとだいこんのみそしる	牛乳 かるまぐふわせん	ミルク Ca せんべい	ビスケット
20	金	あかうおにつけ きゅうりともやしのナムル そうめんじる	牛乳 ほうれん草煎餅	ミルク さつまいもちゃきん	せんべい
21	土	土曜保育ご利用の方は、弁当・お茶・箸を持参下さい	おちゃ せんべい	おちゃ ビスケット	クッキー
23	月	振替休日			
24	火	みそあじぶたじゃが ほうれんそうのおひたし なるとたまねぎのすましじる	牛乳 塩せんべい	ミルク おしパン	ビスケット
25	水	パンの日 🍞 オムレツ やさいいりスパゲティソース じゃがいもとえのきのスープ ジャム	牛乳 ビスケット	ミルク ほしたべよ	せんべい
26	木	ヒレカツ げんきピーマンのきんぴらいため わかめとたまねぎのすましじる	牛乳 小魚家族	おちゃ ヨーグルト	クッキー
27	金	ぶたにくのリンゴソースいため のりしおこふきいも こまつなどにんじのみそしる	牛乳 ソフトせんべい	おちゃ なし	ビスケット
28	土	土曜保育ご利用の方は、弁当・お茶・箸を持参下さい	おちゃ せんべい	おちゃ ビスケット	
30	月	さけのステーキソースかけ コーンいりはるさめのすのもの かぼちゃとうすあげのみそしる	牛乳 卵せんべい	ミルク やさいせんべい	せんべい

食育活動

- 17日 お月見団子作り (3~5歳児)
小麦粘土でお団子作りを楽しみます。
作った団子は玄関に飾ります。
- 25日 ピーマンのたねとり
・三色食品群についてのお話をします(3.4.5歳)



手作りおやつ

【今月使用する食材の産地】

北海道、青森、茨城、群馬、長野、岐阜、静岡、富山、石川、福井、高知、福岡、宮崎、フィリピン、メキシコ



食育だより



過ごしやすい季節となり、おいしい食べ物に食欲が高まる食欲の季節となりました。一方で、夏バテの影響により体調を崩しやすい時期でもあります。バランスのとれた食事や適度な運動、十分な睡眠などを心がけましょう。

非常食の備えはできていますか？

9月1日は災害への認識を深め、備えを確認する「防災の日」です。関東大震災が起きた日であり、台風が多いとされる二百十日から制定されました。

●非常食として準備するとよいもの

飲料水(1人1日3リットル×3日分)・3日分の非常食・医薬品
懐中電灯・携帯ラジオ・予備の電池・カセットコンロ・ガスボンベ・貴重品など

※園には、非常時における非常食(アルファ米、乾パン)やおやつの予備を準備しています。

7 災害に
そなえよう



～十五夜について～

◎お月見ってなに？

「十五夜」とも呼ばれ、1年の中で最も明るく丸い満月を見ることができるとのことです。

豊作への祈願、収穫への感謝の意味も込められています。園では9/17にお月見クレープを食べます。

また、3～5歳が小麦粘土でお月見団子作りを行い、玄関に飾ります。

◎十五夜にまつわる食べ物、お供え物

<月見団子>丸い団子を月に見立て感謝の気持ちを表すそうです。数も十五にちなんで15個お供えします。

<里芋・さつまいも>収穫されたばかりの農作物を供え、豊作を祝ったようです。

<ススキ>魔除けの効果があるとされており、災いや邪気を遠ざけ豊作を願う意味が込められています。

フルーチェ作り

牛乳を入れて混ぜると、どろどろトロトロした感触に変わっていく様子を体験しました。

混ぜるだけで簡単に出来るのでご家庭でも一緒に行ってみてもいいですね。



ピーマンのたわとり

上手に取ることができました。

ピーマンは次の日の給食で
おいしくいただきました。

