

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
未満児主食	<div style="border: 1px solid orange; padding: 5px; display: inline-block;"> 9月の予定 平均給与栄養量 </div>					1
副食	<div style="border: 1px solid orange; padding: 5px; display: inline-block;"> 9月の給食目標 体調を崩さないよう、 残さずによく食べることを 頑張ろう。 </div>					*おやつを試食予定日* 9月14日(金) 「ヨーグルトパンケーキ」 16:00~16:40の間、給食展示 コーナーにてご試食してください。
おやつ	○エネルギー ……595kcal ○たんぱく質 ……22.2g ○脂質 ……18.7g					ごはん 挽肉そぼろ 炒りたまご 青菜のお浸し 豆麩の味噌汁・オレンジ
	3	4	5	6 かみかみデー	7	8 手作り弁当の日
未満児主食	ごはん	ごはん	しらすごはん	ごはん	ごはん	牛乳
副食	麻婆なす アスパラのサラダ キャベツと油揚げの味噌汁 キウイフルーツ	ひじきたまご 青菜のごま和え 白菜と人参の味噌汁 ぶどう	いが蒸し ソーメン風サラダ ★わかめスープ ミニトマト	★五目大豆 ★キャベツといんげんのごま豆腐和え ★にらたま汁 梨	さばの味噌煮 ★シーフードサラダ 五目うどん オレンジ	
おやつ	チーズ入りヨーグルトパン 牛乳	フルーツゼリー せんべい	ピスケット 牛乳	★五平餅 牛乳	小倉蒸しパン 牛乳	
	10	11	12	13 お誕生会	14	15
未満児主食	ごはん	ごはん	ごはん	おはぎ	ごはん	ごはん
副食	豆腐のドライカレー風 ブロッコリーのごま酢和え はんぺんスープ バナナ	野菜ロールカツ 春雨の酢の物 コンソメスープ ミニトマト	ぶりの煮付け 親子サラダ 味噌けんちん汁 オレンジ	鶏ごま煮 利休和え 花麩の清汁 ぶどう	さつまいもとチーズのたまご焼き ★わかめマヨネーズサラダ 大根汁 キウイフルーツ	焼きピーマン もやしのナムル なすの味噌汁 グレープフルーツ
おやつ	★大学いも 牛乳	★豆銀糖 牛乳	白玉団子黒蜜かけ 牛乳	シュークリーム 牛乳	ヨーグルトパンケーキ 牛乳	
	17 敬老の日	18	19	20	21	22
未満児主食		ごはん	ひじきごはん	ごはん	ごはん	ごはん
副食		★八宝菜 きゅうりと春雨の和え物 吉野汁 オレンジ	豆腐の南瓜あんかけ なす炒め つくね汁 梨	鮭ボール りんごサラダ もやしの味噌汁 ミニトマト	たまごグラタン カレー風味サラダ きのこスープ ぶどう	変り納豆 ココロポテの味噌炒め 豆腐の味噌汁 バナナ
おやつ		スイートポテト 牛乳	アメリカンドッグ 牛乳	ヨーグルトゼリー せんべい	しょうゆ団子 牛乳	
	24 振替休日	25	26 運動会総練習	27	28	29 運動会
未満児主食	十五夜	ごはん	仕出し弁当 麦茶	ごはん	ごはん	ミニパン
副食		★豚肉の柳川もどき ブロッコリーサラダ じゃがいもと青菜の味噌汁 オレンジ		鶏真薯 ピーナッツ和え ★五目スープ キウイフルーツ	かつおの甘酢漬 ★大豆サラダ カレー汁 ミニトマト	
おやつ		バナナカスタード 麦茶	ジョア クラッカー	クッキー 牛乳	ヨーグルト せんべい	

今月の「かみかみデー」は、**9月6日(木)**です。
この日の**かみかみ食材**は、**大豆、ごぼう、さやいんげん、にら、えのき**などです。

献立の★印は、**かみかみメニュー**です。



収穫野菜おいしくいただきました♡

8月21日(火)の「カレークッキング」では、園の畑で収穫したかぼちゃ、人参、なす、ピーマン、トマトを使用したカレーをお腹いっぱい食べました。

8月27日(月)は、おやつの「ピザトースト」に収穫したかぼちゃを使用し、パンにのせて食べました。初の試みでしたが、収穫の喜びや季節を感じられる、おいしい「夏ピザトースト」になりました。また、枝豆を収穫したときには、ゆで枝豆や枝豆ごはんにして食べました。

おはぎ

秋の七草と呼ばれる「萩」の花が小豆の粒と似ていることから「おはぎ」という呼び方になったと言われています。

なぜ、お彼岸に「おはぎ」をお供えするの？

由来は諸説あるそうですが、一つが、小豆の赤い色には魔除けの効果があると古くから信じられており、邪気を払う食べ物としてご先祖様にお供えされてきました。また「もち米」と「あんこ」2つの物を「合わせる」言葉の語呂から、ご先祖様の心と自分たちの心を「合わせる」という意味もあるそうです。

※資料より一部抜粋引用

