

9がつのこんだてひょう

※ ☆青字は新作メニューです。



令和6年 みなみ保育所

月	火	水	木	金
2 大豆とごまのせんべい お茶	3 りんご お茶	4 かりかりいりこ お茶	5 煮豆 お茶	6 一日保育士 きな粉マカロニ お茶
ごはん 鶏肉のバーベキューソース 高野豆腐の煮物 小松菜のおかか和え しいたけのみそ汁 しそおにぎり パスチャライズ牛乳	ごはん 魚のコーンマヨ焼き チンゲン菜の オイスターソース炒め ピクルス/相性汁 牛しぐれおにぎり 牛乳	ごはん ☆豚肉のみそ漬け焼き あっさりマト 南瓜の焼き浸し かきたま汁 じゃこおにぎり 牛乳	ごはん 魚のムニエル ほうれん草のごま和え ふかし芋 具だくさん汁/ぶどう 米粉の南瓜蒸しパン 牛乳	ごはん 揚げ鶏と夏野菜の甘酢炒め キャベツの和え物 じゃこきゅうり 麩のみそ汁/梨 チーズ五目おこわ 牛乳
9 重陽の節句献立 麩のココアラスク お茶	10 高野豆腐のしっとりラスク風 お茶	11 誕生会 煮昆布 お茶	12 開放日 いちごヨーグルト お茶	13 きな粉豆 お茶
ごはん 鶏肉の梅だれ和え ひじきの煮物 ほうれん草の菊花和え 豆腐のみそ汁 鮭おにぎり パスチャライズ牛乳	牛丼 おからサラダ チンゲン菜の煮物 梨 炒り玄米おにぎり 牛乳	ごはん のり塩から揚げ カラフルサラダ/ベイクドポテト ふわふわスープ シャインマスカット さつま芋マフィン 牛乳	ごはん さばのみそ煮 はりはりなます 小松菜の中華和え とうがん汁 焼きビーフン 牛乳	ごはん ぎせい豆腐 もやしのごま和え じゃが芋のカレー焼き そうめん汁 ☆きつねおにぎり 牛乳
16 敬老の日  (うさぎ組)パプリカの種とりをしているよ	17 お月見献立 野菜クラッカー お茶 ゆうやけごはん 魚のさくさく揚げ キャベツの磯香和え 里芋の煮物 月見のとろろスープ みたらし団子 パスチャライズ牛乳	18 もちもちおから お茶 スタミナ納豆丼 小松菜のコーン和え 粉ふき芋 厚揚げのみそ汁 梨 レタスチャーハン 牛乳	19 弁当の日・開放日 麩の黒糖がらめ お茶 南瓜のムース お茶	20 豆乳スープ お茶 ごはん 魚のみそマヨ焼き 春雨の酢の物 きのこのしょうゆ焼き 鶏ごぼう汁 おはぎ 牛乳
23 振替休日 お米は9月から 全て新米 です 	24 のりごまクッキー お茶 ごはん 豆腐チャンプルー ☆さっぱり塩サラダ ごぼうの梅煮 きのこ汁 さつま芋ごはん パスチャライズ牛乳	25 一日保育士 チーズ お茶 ごはん 豚肉の甘だれ炒め 納豆和え 焼き南瓜 油揚げのみそ汁/梨 黒米おにぎり/かりかりいりこ 牛乳	26 きな粉南瓜 お茶 ごはん 魚の塩焼き きんぴらごぼう わかめとトマトの酢の物 小松菜のみそ汁/ぶどう 和風ツナおにぎり 牛乳	27 ごまブリッツ お茶 ごはん なすとトマトのチーズ焼き 野菜のみそドレッシング和え 煮豆 しみ汁 のりじゃこおにぎり 牛乳

30
麩の青のリスナック
お茶
ごはん
かれのいから揚げ
りっちゃんサラダ
なすの焼き浸し
春雨スープ
塩おにぎり
パスチャライズ牛乳


今月の
食育目標 **食事のマナーを身につけよう**
暦の上では、秋となりましたが、まだまだ暑い日が続いています。夏の疲れが出る時期なので、早寝早起きをし、食事をしっかり食べ元気に過ごしましょう。今月の目標は「食事のマナーを身につけよう」です。子どもたちと一緒に食事をしていると、足がいつの上にならなくなったり、茶わんを持たずに食べようとする姿が見られます。マナーが身につくように、大人が手本を見せたり、ポスターを使って伝えたりしていきます。

お月見献立
今年のお月見は9月17日です。中秋の名月・十五夜とも呼ばれ、一年でもっとも満月がきれいに見える日です。里芋などをお供えすることから「芋名月」とも呼ばれています。月見団子やススキ、柿や栗などもお供えし、秋の実りを感謝します。保育所では、とろろを雲におつゆ麩を月に見立てた「月見のとろろスープ」やおやつには「みたらし団子」を食べます。今年もきれいな月が見られるといいですね♪



8月誕生会のおやつは「ヨーグルト寒天のフルーツポンチ」でした。パイナップルやすいかをくり抜いて、器を作ると「(すいかの器を見て)ピカチュウだ!」「おいしそう~」「(寒天を見て)くまの形があるよ!」子どもたちは大喜びで食べてくれましたよ。

8月31日は語呂合わせで「8(や)3(さ)1(い)の日」です。そこで8月末の1週間は「野菜を食べよう」を合言葉に、子どもたちの目の前でサラダを作ったり、野菜に関する〇×クイズをしたりしました。ぞう組では、サラダができるまでの工程を見て、どんな調味料でドレッシングができていのかを知り「どんな味がするかな?」「早く食べたい」と味を想像して、わくわくする姿が見られました。うさぎ組では、調理担当者が野菜を持ってお部屋に入ると「なす!おうちにもあるよ」「(おかずを指さして)これだ!」と給食に入っている野菜を見つけ食べる姿を見せてくれ、より野菜に関心を持って食べる事ができたと思います。



重陽の節句
9月9日は重陽(ちょうよう)の節句です。別名で「菊の節句」とも呼ばれ、五節句の一つとして縁起の良い日とされています。保育所では食用の菊の花を使い、和え物を作り健康長寿を願いたいと思います。