

9月の食事だより



社会福祉法人 大和善隣館
幼保連携型認定こども園 月津こども園 R4.9.1

9月になり、日中はまだまだ暑さを感じますが、朝夕に吹く風は、秋の気配を感じます。9月の献立には、9月1日「防災の日」に防災メニューを、9月10日の「中秋の名月」には少し早めの「お月見ランチ」を、そして新米の季節でもありみんなでおいにぎり作りを予定しています。夏の疲れが出てくる季節ですのでしっかり睡眠や栄養をとり元気に過ごしましょう。

♪じぶんでえらんでたべたよー♪

8月10日(水)月津こども園の献立は待ちに待ったセレクト給食でした!!

メニュー

- ★ごはん→わかめごはん又はゆかりごはん (0,1,2歳児)
- ★サラダドレッシング→オーロラソース又はしょうゆドレッシング (3,4,5歳児)
- ★立田揚げ→鶏肉又は魚 (4,5歳児)

☆事前に選んだり当日選んだり各年齢に合わせてセレクトしました。「ほくこれー!」「わたしこっちにする!」と元気に選び、そしてドレッシングの量を自分で調整しながら、子ども達なりに自分で食べる分を一生懸命考えながら楽しい給食時間となりました。「自分で選んで食べる!」「食材を意識する」「食べることを楽しむ」という『食』について多くを意識することを経験しました。また、その経験を活かし今年度また、セレクト給食やお弁当ランチにも取り入れていきたいと思えます。



「どっちのごはんにする?」「こっちー!!」



ドレッシングを決めて、次はかけたい量を自分で決めました!みんなとっても慎重!サラダだけではなく立田揚げにもかけてみたりと思いで楽しんでました。



おいしかったね! また食べようね♡



日	曜	AM おやつ (未満児)	献立名	PM おやつ (以上児)	PM おやつ (未満児)	離乳食名
1	木	ヨーグルト	ポイルワインナー ひじき煮味噌汁 ☆	カロリーメイト	せんべい (0.1歳児)	さつま芋の甘煮 ひじき煮味噌汁
2	金	お茶 米粉蒸しパン	かぼちゃのそぼろ煮 バナナ キャベツのツツ和え ☆	梅ゼリー		かぼちゃのそぼろ煮 すまし汁 キャベツの旨煮
3	土	お茶 せんべい	スパゲティイタリアン チーズ	牛乳 せんべい		鶏雑炊 野菜の旨煮
5	月	お茶 ポーロ	魚の照り焼き トマトとじゃこのサラダ味噌汁 ☆	牛乳 せんべい		煮魚 野菜の旨煮味噌汁
6	火	牛乳 バナナ	鶏肉のソテー 糸きりわかめサラダ すまし汁 ☆	ホワイトミニ		そぼろ煮 スティック野菜 すまし汁
7	水	ヨーグルト和え	マーボー豆腐 蒸しシューマイハンサンデー ☆	ミルク クラッカー		マーボー豆腐 きゅうりあん すまし汁
8	木	ジョア	🍵 お月見ランチ 🍵	🍵 お月見おやつ		そぼろあん 野菜の旨煮味噌汁
9	金	お茶 チーズ	豚肉と大豆の磯煮 大根サラダ トマト ☆	アイスクリーム	みかんゼリー	大根のそぼろ煮 トマト煮味噌汁
10	土	お茶 せんべい	チャーハン わかめサラダ	牛乳 せんべい		野菜雑炊 じゃが芋の旨煮
12	月	ヨーグルト	魚の塩焼き 納豆和え味噌汁 ☆	牛乳 ビスケット		煮魚 野菜あん味噌汁
13	火	お茶 せんべい	ビーフシチュー バナナ ブロッコリーのごま和え ☆	お米のムース		ブロッコリーの旨煮 そぼろ煮 すまし汁
14	水	牛乳 バナナ	江戸っ子煮 ちりじゃこサラダ トマト ☆	牛乳 ひじきトースト		トマト煮 野菜の旨煮味噌汁
15	木	みかんヨーグルト	チキンカツ パンプキンサラダ味噌汁 ☆	ミルク せんべい		かぼちゃの甘煮 そぼろあん味噌汁
16	金	お茶 ウエハース	豚肉のしょうが焼き トマト味噌汁 ☆	牛乳 りんご蒸しパン		野菜の旨煮 トマト煮味噌汁
17	土	お茶 せんべい	チキンライス コーンスープ	牛乳 ビスケット		鶏雑炊 かぼちゃの甘煮
20	火	ジョア	甘辛肉団子 春雨のごま酢和え豆腐スープ ☆	ぶどうゼリー		煮奴 野菜の旨煮 すまし汁
21	水	牛乳 バナナ	チキンクリームシチュー スパサラダりんご ☆	ヨーグルト和え		そぼろ煮 スティック野菜味噌汁
22	木	お茶 せんべい	鶏肉のマーマレード煮 ポテトサラダ チンゲン菜のスープ ☆	ミルク ビスケット		肉じゃが 野菜あん チンゲン菜のスープ
24	土	お茶 せんべい	焼きそば チーズ	牛乳 せんべい		野菜雑炊 さつま芋の甘煮
26	月	牛乳 ポーロ	豚肉のケチャップ炒め ひじきサラダ味噌汁 ☆	牛乳 せんべい		ひじき煮 大根のそぼろ煮味噌汁
27	火	ヨーグルト	魚フライタルタルソース オニオンスープ キャベツの即席漬 ☆	ミルク クッキー	せんべい	魚の野菜あん キャベツの旨煮 オニオンスープ
28	水	牛乳 バナナ	カレーライス トマトのごま酢かけ チーズ ☆	牛乳 ラスク		肉じゃが トマト煮 すまし汁
29	木	ヨーグルト和え	中華風五目スープ トマト 大麦入りじゃが芋のマヨ炒め ☆	ミルク せんべい		野菜の旨煮 そぼろあん味噌汁
30	金	牛乳 ポーロ	ひじき入り肉じゃが バナナ 小松菜のおひたし ☆	牛乳 クラッカー		ひじき入り肉じゃが 味噌汁 小松菜の煮物

未満児の主食 ごはん・・・☆ 青字は手作りおやつです♪

