

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

R7.9.1

まだまだ日中は残暑が厳しいですね。夏の疲れが出てくる時期です。水分・栄養・睡眠をしっかり摂っていきましょう。残暑が過ぎれば、秋の訪れです。秋といえば、運動の秋に芸術・読書の秋、そして食欲の秋です。おいしく、目に楽しい行事食や献立を味わって、子どもたちと食欲の秋を満喫したいと思います。

★9月1日は「防災の日」です★

月津こども園では災害に備えて【水・白がゆ・粉ミルク・カロリーメイト・使い捨て哺乳瓶】を備蓄しています。

【0.1 歳児用】粉ミルク・白がゆ

【2.3.4.5 歳児用】カロリーメイト

9月1日(月)の食事は【防災メニュー】

園全体で防災意識を持ち、防災についての見直しや再確認をしています。

【昼食】

ゆかりごはん・ポイルウィンナー・ひじきの炒り煮 豚汁

【おやつ】

カロリーメイト→2.3.4.5 歳児 せんべい→0.1.歳児



※カロリーメイトについて

チョコレート味で、卵、小麦、乳、大豆、アーモンド成分が含まれています。在庫の入れ替え(ローリングストック)のため、おやつ時でも提供予定です。

★月津こども園栄養目標量★

年齢	エネルギー	タンパク質	脂質	食塩
1～2 歳児	500kcal	12.0～ 25.0g	11.0～ 16.0g	1.5 未満
3～5 歳児	600kcal	15.0～ 30.0g	13.0～ 20.0g	1.6 未満
9月平均栄養量				
1～2 歳児	491kcal	19.5g	16.6g	1.5g
3～5 歳児	547kcal	22.0g	18.2g	1.7g



日	曜	AM おやつ (未満児)	献立名	PM おやつ (以)は以上児のみ	離乳食名
1	月	お茶 せんべい	ゆかりごはん ポイルウィンナー ひじきの炒り煮 豚汁 ☆	お茶 カロリーメイト	ひじきとそぼろの雑炊 さつまいもの甘煮 味噌汁
2	火	お茶 チーズ	ホイコーロー 梨(以上児) オレンジ(未満児) コーンかきたまスープ ☆	牛乳 青のりポテト	キャベツのそぼろあんかけ スティック野菜 すまし汁
3	水	牛乳 ウエハース	魚の香り焼き パンプキンサラダ とうがんのスープ ☆	フルーツポンチ ウエハース(以)	魚のやさしいあんかけ かぼちゃの甘煮 とうがんのスープ
4	木	牛乳 クラッカー	豚肉のしょうが焼き トマト 味噌汁 ☆	ミルク せんべい	トマトのそぼろあんかけ じゃがいもの旨煮 味噌汁
5	金	お茶 オレンジ	鶏のカレー焼き ツナサラダ コーンチャウダー ☆	ミルクココア クラッカー	キャベツのそぼろあんかけ きゅうりの旨煮 ポテトスープ
6	土	お茶 せんべい	炊き込みご飯 にゅうめん汁	お茶 ビスケット	鶏味噌雑炊 すまし汁
8	月	ジョア	かぼちゃのシチュー マカロニサラダ オレンジ ☆	ミルクココア ビスケット	かぼちゃのそぼろ煮 スティック野菜 わかめスープ
9	火	お茶 バナナ	魚の西京焼き キャベツのゴマネーズあえ すまし汁 ☆	ミルク クラッカー	魚の味噌煮 キャベツの柔らか煮 すまし汁
10	水	ヨーグルト	マーボー豆腐 もやしときゅうりの中華あえ シューマイ ☆	お茶 梅じゃこおにぎり	豆腐のそぼろあんかけ きゅうりの旨煮 味噌汁
11	木	お茶 クラッカー	ゆかりごはん とうがん煮 玉葱のサラダ トマト ☆	ミルク せんべい	とうがんの旨煮 玉葱のあんかけ すまし汁
12	金	お茶 ウエハース	豚肉のソースマリネ バナナ かきたまスープ ☆	牛乳 ひじきトースト	そぼろあんかけ 粉ふきいも 味噌汁
13	土	お茶 せんべい	チャーハン 春雨スープ	お茶 ビスケット	そぼろ雑炊 すまし汁
16	火	ジョア	カレーライス わかめサラダ チーズ ☆	ミルク クラッカー	肉じゃが わかめのあんかけ 味噌汁
17	水	お茶 ウエハース	ブルコギ さつまいもの甘煮 卵とわかめのスープ ☆	牛乳 マカロニきな粉	そぼろあんかけ さつまいもの甘煮 わかめスープ
18	木	フルーツポンチ	鶏の梅しそ揚げ 小松菜の納豆あえ 味噌汁 ☆	ミルクココア せんべい	小松菜のそぼろあんかけ 煮炊 味噌汁
19	金	お茶 せんべい	🍷 おべんとうランチ 🍷	プリンアラモード	鶏味噌雑炊 スティック野菜 すまし汁
20	土	運 動 会			
22	月	牛乳 せんべい	蒸し鶏の中華あえ バナナ 中華風五目スープ ☆	ミルクココア クラッカー 小魚(以)	きゅうりのそぼろあんかけ さつまいもの甘煮 味噌汁
24	水	お茶 ビスケット	ゆかりごはん 豚肉と大豆の磯煮 ごま酢あえ オレンジ ☆	牛乳 大学いも	豆腐とひじきのそぼろあんかけ スティック野菜 味噌汁
25	木	フルーツポンチ	魚のかば焼き 味噌汁 きゅうりとわかめの梅ドレッシングあえ ☆	ミルク せんべい	煮魚 きゅうりのあんかけ 味噌汁
26	金	牛乳 バナナ	ローストチキン さつまいもサラダ 小松菜と卵のスープ ☆	牛乳 手作りピザ	小松菜のそぼろあんかけ さつまいもの甘煮 すまし汁
27	土	お茶 せんべい	ゆかりごはん さつま汁	お茶 ビスケット	わかめ雑炊 さつま汁
29	月	お茶 オレンジ	ゆかりごはん 豚肉のごまみそ焼き きゅうりの梅昆布あえ けんちん汁 ☆	牛乳 かぼちゃマフィン	さつまいものそぼろ煮 スティック野菜 すまし汁
30	火	牛乳 ウエハース	鶏のチリソース 粉ふきいも 米粉ワタンスープ ☆	ミルクココア ビスケット	そぼろあんかけ 粉ふきいも 野菜スープ



※ 未満児の主食

ごはん・・・☆

青字は手作りおやつです

