



給食だより

令和7年度 8月29日 めいほうこども園



9月

まだまだ暑い日が続き、秋はもう少し先のようです。毎朝「今日の給食なんですか？」と子どもさん達の声に食べることをとても楽しみにしていることが伝わってきます。
この時期は、夏の疲れもでやすくなります。十分な休息と栄養をとり、生活のリズムを整えていきましょう。また、美味しくて栄養のある秋の食材を使い、楽しい給食の時間を作っていきたいです。



今月の給食目標

未満児：よく噛んで食べる

以上児：食に興味関心を持ち楽しく食事をする



非常食の備えは できていますか？

二百十日は、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9月1日から制定されました。

準備するとよいもの
飲料水（1人1日3L×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（現金・身分証明書・通帳、印鑑、保険証ほか）

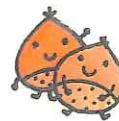


9月の行事予定

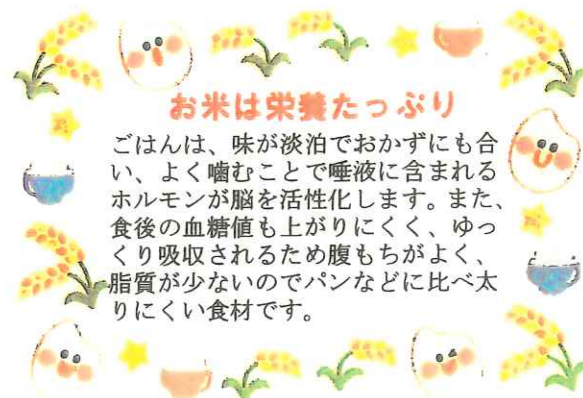
25日（木）お弁当の日

9時：牛乳 白い風船

3時：フルーツヨーグルト和え



★ご家庭からおかず入り手作りお弁当と水筒をお願いします。



お米は栄養たっぷり

ごはんは、味が淡泊でおかずにも合い、よく噛むことで唾液に含まれるホルモンが脳を活性化します。また、食後の血糖値も上がりにくく、ゆっくり吸収されるため腹もちがよく、脂質が少ないのでパンなどに比べ太りにくい食材です。

予定献立表(9月)

日			未満児おやつ	副食	3時のおやつ
月	1	29	(1日)牛乳 ビスコ (29日)オレンジ	(1・29)ソーメン汁 和風サラダ バナナ	(1・29日)ミルク マカロニのあべかわ
火	2	16 30	(2・30)牛乳 丸ボーロ (16日)牛乳 せんべい	(2・30)魚の照り焼き ポイル野菜 もずくのすまし汁(16日)鶏肉のタルタルソースかけ キャベツのドレッシング和え 中華風スープ	(2・30)牛乳 スイートポテト (16日)ミルク せんべい バナナ
水	3	17	スティックチーズ	牛肉とひじきの炒め物 わかめときゅうりの酢の物	オレンジ ビスコ
木	4		パイン缶	里芋のうま煮 切干大根のごま和え	牛乳 チーズ蒸しパン
金	5	19	(5日)牛乳 せんべい (19日)牛乳 丸ボーロ	(5日)鶏肉のタルタルソースかけ 中華風スープ キャベツのドレッシング和え (19日)ハヤシライス ブロッコリーの中巻和え	(5日・19日)ミルク せんべい バナナ
土	6	20	牛乳 ビスコ	肉うどん 固形ヨーグルト	牛乳 パン
月	8	22	もも缶	親子汁 かみかみサラダ オレンジ	お茶 おはぎ
火	9		牛乳 おにぎりせんべい	豚肉のしょうが焼き もやしの味噌汁	ミルク チーズまんじゅう
水	10	24	(10・24日)みかん缶	(10日)五目きんぴら 小松菜のサラダ風おひたし リンゴ (24日)ポークカレー もやしのごま和え	(10・24日)牛乳 かぼちゃの甘食
木	11		牛乳 白い風船	ポークカレー もやしのごま和え	フルーツヨーグルト和え
金	12	26	バナナ	魚の小判揚げ 付け合わせ野菜 里芋の味噌汁	ミルク おさつスナック
土	13	27	牛乳 マリービスケット	ジャージャー麺 果汁100%ジュース	牛乳 パン
誕生会(18日)			バナナ	からあげカレー レモン酢和え フルーツカクテル	アイスクリーム ウエハース

* 都合により、メニューを入れ替える時がありますので、御了承下さい。

