



# 9月給食だより



平成30年9月1日

ちどり保育園

日	曜日	給食献立表	9時のおやつ	3時のおやつ
1	土	ぶっかけうどん おじゃがとじゃこのおかか和え オレンジ	牛乳 ビスケット	牛乳 ビスケット
3	月	五日煮 青菜とちりめんの和え物 トマト	牛乳 シガーフライ	牛乳 小倉トースト
4	火	豚肉となすの味噌炒め 青菜のおひたし 小魚三杯酢	牛乳 動物ビスケット	牛乳 くずもち
5	水	テンペ入りかき揚げ 土佐酢あえ みそ汁	牛乳 バナナ	牛乳 ミックスフルーツ
6	木	秋鮭の塩焼き 切干大根の炒め煮 豆乳汁	牛乳 こんがりさくさく	牛乳 おにぎりせんべい
7	金	野菜たっぷりカレー風味煮 キャベツのごまサラダ ウィンナー	牛乳 マンナ	牛乳 チーズ、リッツ
8	土	スパゲティーナポリタン グリーンサラダ バナナ	牛乳 ビスケット	牛乳 ビスケット
10	月	五日汁 青菜のごま酢あえ 豆腐ナゲット 焼きのり パイン缶	牛乳 ハードビスケット	牛乳 野菜かりんとう
11	火	肉じゃが キャベツとひじきの和え物 しゅうまい 梨	牛乳 シガーフライ	牛乳 カール
12	水	鶏肉のゆかり焼き れんこんのきんぴら 粉ふきいも 納豆	牛乳 バナナ	牛乳 バナナケーキ
13	木	1. 2. 3歳 参観日 簡易給食(パン、ソーセージ、ジュース、バナナ)	乳ボーロ	牛乳 きな粉クリームサンド
		0. 4. 5歳 魚のパーベキュー風 マカロニサラダ 手作りふりかけ わかめスープ		
14	金	ビビンバ丼 中華卵スープ もも缶	牛乳 アンパンマンひとくちビスケット	牛乳 青のリクッキー
15	土	ぶっかけうどん おじゃがとじゃこのおかか和え バナナ	牛乳 ビスケット	牛乳 ビスケット
18	火	豚肉となすの味噌炒め 青菜のおひたし 小魚三杯酢	牛乳 シガーフライ	牛乳 くずもち
19	水	テンペ入りかき揚げ 土佐酢あえ みそ汁	牛乳 バナナ	牛乳 豆乳もち
20	木	野菜たっぷりカレー風味煮 キャベツのごまサラダ ウィンナー	牛乳 動物ビスケット	牛乳 アスパラガス
21	金	うさこちゃんライス 豆乳スープ オレンジ	牛乳 こんがりさくさく	牛乳 お月見ゼリー
22	土	スパゲティーナポリタン グリーンサラダ バナナ	牛乳 ビスケット	牛乳 ビスケット
25	火	秋鮭の塩焼き 切干大根の炒め煮 豆乳汁 りんご	牛乳 アンパンマンビスケット	牛乳 小魚 ポンスケ
26	水	鶏肉のゆかり焼き れんこんのきんぴら 粉ふきいも 納豆	牛乳 バナナ	牛乳 きな粉クリームサンド
27	木	魚のパーベキュー風 マカロニサラダ 手作りふりかけ わかめスープ	牛乳 ハードビスケット	牛乳 焼きビーフン
28	金	親子丼 キャベツのゆかり和え 梨	牛乳 乳ボーロ	牛乳 ハッピーターン
29	土	運動会 簡易給食(ビスケット、一口ゼリー、ジュース)		

ぱんだ、きりん、らいおん組さんは、お米を10日(月)までに持って来て下さい。

食べ  
こよみ

## お月見



お月見とは、月の満ち欠けが農作業の大きな指標になっていたことから、月への感謝と豊作の祈願をしたものです。平安時代に、「中秋の名月」を祝う習慣として一般的になりました。だんごやさといもなど月に見立てた丸い物と、葉先のとがりに邪気をはらう力があるとされているススキや秋の七草をお供えます。ご家庭でも丸い物を食卓に並べて、お月見気分を味わってみましょう。

## お手伝いのススメ 自立心が育ち、好き嫌いも減る!

お手伝いタイムは、親子のコミュニケーションの時間でもあります。楽しくお手伝いができれば、子どもは食卓を囲む部屋が好きになります。また、いろいろな食材や食器に触れることで、食への興味が深まり、自然と好き嫌いが減っていくことも。さらに、お手伝いをして「ありがとう」と言われると、子どもはうれしくなり、「次はなにをしよう」と考えて、徐々に自立心も育まれていくのです。楽しみながら始めてみましょう。

