

令和 7年 9月

給食献立予定表

年間目標:一口目は野菜から食べよう
あしきた・まちのこども園 ☺

日	曜	10時のおやつ	昼食				3時のおやつ	
			主食(黄)	主菜(赤)	副菜(緑)	汁(白)		
1	月	みかん	麦飯 五分づきご飯	サバ缶トマトの豆カレー	切り干し大根のマヨサラダ	コーンスープ	チョコバナナケーキ	
2	火	人参スティック	麦飯 もちきび五分づきご飯	ジャージャー麺	ブロッコリーとトマトの中華和え	かき玉汁	ごま高菜	
3	水	きんとん	麦飯 五分づきご飯	鶏のコーンフレーク焼き	ひじき煮	豆乳味噌汁	のり塩野菜プリッツ	
4	木	グリーンパンケーキ	麦飯 雑穀五分づきご飯	筑前煮	法蓮草の白和え	わかめの味噌汁	ツナおからナゲット	
5	金	南瓜のおかか煮	麦飯 五分づきご飯	酢豚	ささみとキュウリのゴマサラダ	ワンタンスープ	2層ゼリー	
6	土	栄養満点丼						
8	月	もも	麦飯 五分づきご飯	きのこのハヤシライス	ヨーグルト	大豆のスープ	お好みスコーン	
9	火	人参パンケーキ	麦飯 黒米五分づきご飯	甘辛絹揚げチーズ焼き	人参しりしり	秋の豚汁	バナナ	
10	水	りんごゼリー	麦飯 五分づきご飯	魚のバーベキューソース	南瓜と枝豆の胡麻和え	レタスと昆布のスープ	たぬき	
11	木	さつま芋のミルク煮	麦飯 雑穀五分づきご飯	大豆ハンバーグ	卵サラダ	小松菜の味噌汁	ポップコーン	
12	金	ジャムサンド	麦飯 五分づきご飯	ナシゴレン	ガドガド	ソトアヤム	ネクスターナスター	
13	土	秋野菜のあんかけ丼						
15	月	敬老の日						
16	火	コーンフレーク	麦飯 赤米五分づきご飯	親子丼	りんご	大根の味噌汁	カレーホットサンド	
17	水	粉吹き芋	麦飯 五分づきご飯	魚のオリーブグリル	南瓜のレーズンサラダ	イタリアンスープ	バナナ	
18	木	ブロッコリー	麦飯 雑穀五分づきご飯	蓮根つくね	小松菜のレモン和え	とうもろこしの味噌汁	マシュマロバー	
19	金	豆乳ゼリー	麦飯 五分づきご飯	よだれ鶏	納豆和え	酸辣湯	ヨーグルトケーキ	
20	土	オムライス						
22	月	きなこサンド	麦飯 五分づきご飯	中華丼	豆腐サラダ	ワカメスープ	コーントースト	
23	火	秋分の日						
24	水	パイナップル	麦飯 五分づきご飯	タコライス	ヨーグルト	野菜2スープ	チョコクッキー	
25	木	海苔芋スティック	麦飯 雑穀五分づきご飯	鯖の味噌煮	もみ海苔和え	のっぺ汁	梅おかか	
26	金	きなこパンケーキ	五分づきご飯	秋のカレー	ブロッコリーとチーズのサラダ	あおさの味噌汁	青空ゼリー	
27	土	ちびフェス						
29	月	南瓜サンド	麦飯 五分づきご飯	麻婆丼	りんご	春雨スープ	ミルク餅	
30	火	バナナ	ワクワク給食	チキン南蛮・さつま芋サラダ・シチュー・鮭おにぎり・ぶどうゼリー			ブラウニー	

※ 都合により、献立を変更する場合があります



毎日手作りおやつ



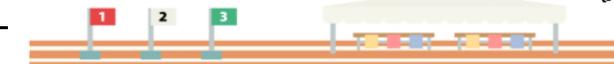
30日(火)は、ワクワク給食です。



★ 9月の目標 ★ 《朝ごはんを毎日食べよう》

日中はまだ暑さが残りますが、朝夕の風は秋の気配を感じるようになりましたね。夏の陽ざしをいっぱい浴びた子供たちはたくましく、ひと回り大きくなったようです。

今月はちびフェスの練習などで、毎日の活動量が増えます。1回の量が多く食べられない子供にとって、朝食は大切な栄養源。ケガなくお友達とたくさん遊べるように、朝ご飯をしっかりと食べましょう!!



非常食の準備

9月1日は防災の日です。非常食には、水・米(アルファ米)・パン・缶詰・ビスケット・チョコレートなどがあげられます。非常食としての備えも大切ですが、子どもが日常的に食べ慣れているお菓子なども賞味期限ごとに買い替えをしてストックしておきましょう。食べ慣れたお菓子が心を癒やし、命を救います。



※ 1日の給食は、乾物や缶詰などを使ったメニューになっています。

献立の紹介



12(金)の給食は、《バリ島》です。主菜…「ナシ」はご飯、「ゴレン」は炒めるという意味で、独特のスパイスや調味料で風味付けされています。副菜…「ガドガド」はごちゃ混ぜという意味で、温野菜に甘辛いピーナッツソースをかけたサラダ料理です。汁物…「ソト」はスープ、「アヤム」は鶏肉を意味します。ハーブやスパイスを使い、鶏肉を煮込んだ風味豊かなスープです。ご飯と一緒に食べます。おやつ…「ネクスター」はパイナップルを意味していて、サクサクとしたクッキー生地、に、甘酸っぱいパイナップルジャムが包まれています。

初めてのお味ばかり 楽しみですね

