

きゅうしょくたより

日曜	献立	主食	おやつ
1 木	肉じゃが, みそ汁, バナナ	ごはん	ジャムサンド 野菜果汁
2 金	五目鶏ごはん, ゆかり和え, かき玉汁	ごはん	黒蜜きな粉ホットケーキ 牛乳
3 土	カレーうどん, オレンジ	めん	 
4 日			
5 月	麻婆茄子丼, 中華スープ, オレンジ	ごはん	ピンキーパン 牛乳
6 火	鯖の塩焼き, ゴマ和え, 納豆, みそ汁	ごはん	そうめん す:うどん お茶
7 水	丸めないハンバーグ, 黒ゴマサラダ, ミニトマト, みそ汁	ごはん	バナナヨーグルト お茶
8 木	ビビンバ丼, スープ, バナナ	ごはん	ジャムサンド 野菜果汁
9 金	里芋の煮っころがし, 豚汁, オレンジ	ごはん	月見団子 す:バナナ 牛乳・す:お茶
10 土	ハヤシライス, バナナ	ごはん	 
11 日			
12 月	焼豚チャーハン, 梨ときゅうりのゴマ酢和え, スープ	ごはん	そうめん す:うどん お茶
13 火	鶏肉の五目大豆煮, すまし汁, わかめご飯	ごはん	ホットドッグ 牛乳
14 水	ミートスパゲッティ, キャベツとパインのサラダ, スープ	めん	おにぎり す:ゼリー お茶
15 木	豚丼, きゅうりの変わり漬け, みそ汁, 一口ゼリー	ごはん	ジャムサンド 野菜果汁
16 金	お弁当の日		す:スティックパン 果汁
17 土	きつねうどん, りんご	めん	 
18 日			
19 月			
20 火	鶏肉のクリーム煮, きゅうりの変わり漬け, 菜めし	ごはん	マスカルポーネパン 牛乳
21 水	中華風卵焼き, 納豆, ゴマ和え, みそ汁	ごはん	黒糖わらびもち す:ゼリー 牛乳
22 木	ドライカレー, キャベツとコーンのサラダ, スープ	ごはん	ジャムサンド 野菜果汁
23 金			
24 土	肉うどん, ヨーグルト和え	めん	  
25 日			
26 月	豚肉のしょうが焼き, みそ汁, バナナ	ごはん	鬼まんじゅう す:ふかし芋 牛乳・す:お茶
27 火	鮭のマリネ, ミニトマト, みそ汁, わかめご飯	ごはん	そうめん す:うどん お茶
28 水	ひじきの炒り煮, シューマイ, 納豆, みそ汁	ごはん	おにぎり す:バナナ お茶
29 木	そばろちらし寿司, かぼちゃの甘煮, すまし汁, 一口ゼリー	ごはん	フルーツサンデー お茶
30 金	カレーライス, フレンチサラダ	ごはん	ジャムサンド 野菜果汁
1 土			

十五夜のお話

十五夜は「中秋の名月」と呼ばれ、1年で最もきれいな月が見られる日です。月をかたどった団子のほか、里芋などその時期にとれた作物をお供えます。ぶどう等つるのあるものを供えたとお月さまとのつながりがいっそう強くなるとも言われています。今年今年の十五夜は9月10日です。

保育園では、給食で「里芋の煮っころがし」、おやつで「月見団子」を食べます。

夏が旬の魚といえば、アジにスズキ、イカ、タコと様々ありますが、「サバ」は一年中手には入りやすく、夏の終わりから冬にかけておいしくなります。調理法も煮たり焼いたり、揚げたりと様々楽しめます。

今月の給食にはサバの塩焼きが出る予定です。

