

# 平成30年 9月予定献立表

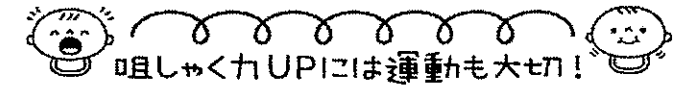
日曜	献立	離乳食献立名	おやつ		食材	エネルギー kcal
			AM 未満児	PM 全園児		
1 土	ハムカツサンド スパゲティサラダ 牛乳			飲み物 おやつ		
3 月	ごはん 焼き魚 キャベツのなめたけ和え みそ汁	おかゆ 煮魚 みそ汁	ビスコ	野菜ジュース せんべい	こめ 鮭 キャベツ もやし にんじん なめたけ だいこん あさつき	未満児 512 以上児 601
4 火	ごはん 一口カツ 切り干し大根煮 みそ汁	おかゆ とりそぼろ 切り干し大根煮 みそ汁	小魚アーモンド	ヤクルト 動物ビスケット	こめ 豚肉 切り干し大根 にんじん あぶらあげ しいたけ しめじ じゃがいも ねぎ	未満児 511 以上児 602
5 水	食パン タンドリーチキン カニサラダ トマトスープ	パン粥 鶏肉と野菜煮 トマトスープ	野菜スティック	飲むヨーグルト ビーノ	食パン 鶏もも肉 キャベツ きゅうり カニ風味かまぼこ にんじん たまねぎ はくさい 大豆水煮 マカロニ セロリ	未満児 508 以上児 603
6 木	ハヤシライス チーズサラダ くだもの	おかゆ 豚肉と野菜煮 くだもの	チーズかまぼこ	ヨーグルト	こめ 豚こま肉 じゃがいも にんじん しめじ キャベツ チーズ オレンジ	未満児 512 以上児 598
7 金	タンメン 春巻き ゼリー	煮込み麺 がんも煮 ゼリー	湯野菜	牛乳 フレンチトースト	中華めん 豚こま肉 にんじん キャベツ もやし なら なた ねぎ きくらげ はるまき ゼリー	未満児 509 以上児 601
8 土	ごはん 照り焼きチキン 和え物 みそ汁			飲み物 おやつ		
10 月	ごはん マーボー春雨 もやしの中華和え 卵スープ	おかゆ 春雨とひき肉煮 スープ	野菜チップス	プリン	こめ 豚ひき肉 はるまき ねぎ にんじん ビーマン もやし きゅうり たまご たまねぎ あさつき	未満児 510 以上児 603
11 火	二色丼 小松菜とさつま揚げのさっと煮 根菜みそ汁	おかゆ 鶏そぼろ さつま揚げ煮 みそ汁	魚肉ソーセージ	麦茶 豆腐ドーナツ	こめ 鶏ひき肉 たまご グリンピース 小松菜 にんじん しめじ さつま揚げ さといも だいこん こぼう ねぎ あぶらあげ	未満児 510 以上児 603
12 水	ごはん さばの味噌煮 野菜の塩昆布和え すまし汁	こめ 煮魚 すまし汁	せんべい	ジュア おととつ	こめ さば キャベツ きゅうり にんじん みずな とうふ	未満児 508 以上児 598
13 木	けんちんうどん さつま芋の天ぷら くだもの	煮込み麺 ふかしさつま芋 くだもの	野菜スティック	牛乳 メロンパン	ゆでうどん さといも 鶏もも肉 はくさい だいこん にんじん しいたけ あぶらあげ さつまいも パナナ	未満児 508 以上児 603
14 金	ジャムパン マカロニグラタン コンソメスープ くだもの	パン粥 マカロニ煮 スープ くだもの	かみかみ昆布	麦茶 おにぎり	食パン いちごジャム マカロニ たまねぎ にんじん むきエビ マッシュルーム ベーコン はくさい しめじ グレープフルーツ	未満児 509 以上児 604
15 土	玉子サンド ポテトサラダ 牛乳			飲み物 おやつ		
17 月	敬老の日					
18 火	ごはん 豆腐ハンバーグ きんぴらごぼう 和風トマトスープ	おかゆ ひき肉と野菜煮 和風トマトスープ	野菜スティック	フルーツヨーグルト	こめ とうふ 鶏ひき肉 豚ひき肉 たまねぎ だいこん あさつき ごぼう にんじん キャベツ しめじ こんぶ	未満児 511 以上児 605
19 水	ロールパン かぼちゃコロッケ ジャコサラダ コンソメスープ	パン粥 ひき肉と野菜煮 コンソメスープ	ふかしさつま芋	牛乳 マリービスケット	ロールパン 豚ひき肉 たまねぎ かぼちゃ キャベツ にんじん きゅうり しらす干し ベーコン みずな	未満児 512 以上児 598
20 木	チキンカレー コールスローサラダ 福神漬 ゼリー	おかゆ 鶏肉と野菜煮 ゼリー	バナナチップス	麦茶 お月見団子	こめ 豚こま肉 じゃがいも たまねぎ にんじん キャベツ スイートコーン 福神漬 ゼリー	未満児 512 以上児 602
21 金	お月見うどん ちくわの磯辺揚げ くだもの	煮込み麺 ちくわの煮物 くだもの	ブチダン	麦茶 お誕生メニュー	ゆでうどん にんじん たまねぎ しいたけ 鶏こま肉 たまご ねぎ ちくわ りんご	未満児 509 以上児 600
22 土	ごはん 揚げ物 ほうれん草の胡麻和え みそ汁			飲み物 おやつ		
24 月	秋分の日 振替休日					
25 火	ごはん 焼肉 一口がんも煮 みそ汁	おかゆ 豚肉と野菜煮 がんも煮 みそ汁	野菜スティック	麦茶 もちもちチーズパン	こめ 豚こま肉 はくさい たまねぎ なら にんじん しいたけ がんも だいこん しめじ ねぎ	未満児 508 以上児 600
26 水	醤油ラーメン 揚げシューマイ フルーツポンチ	煮込み麺 シューマイ煮 くだもの	サブレ	牛乳 バームクーヘン	中華めん 豚こま肉 もやし にんじん キャベツ なら ねぎ シューマイ みかん缶 もも缶 バイン缶 パナナ	未満児 510 以上児 605
27 木	ごはん 野菜炒め ひじき煮 なめこのみそ汁	おかゆ 豚肉と野菜煮 ひじき煮 みそ汁	ふかし芋	麦茶 チーズ蒸しパン	こめ 豚こま肉 キャベツ もやし にんじん しいたけ なら たけのこ ひじき なめこ とうふ ねぎ	未満児 512 以上児 600
28 金	ハンバーガー 海藻サラダ クリームシチュー	パン粥 ひき肉と野菜煮 スープ	ブリッツ	野菜ジュース クッキー	ハンバーガー 豚ひき肉 たまねぎ サニーレタス キャベツ にんじん きゅうり わかめ じゃがいも たまねぎ 鶏こま肉	未満児 510 以上児 601
29 土	野菜サンド スパゲティサラダ 牛乳			飲み物 おやつ		

※午前おやつでは毎回カルシウム麦茶を提供しています。

※献立は材料の都合により変更する場合があります。



厳しかった夏の陽ざしも秋風とともに和らいできました。これからは、「秋」本番が始まります。芸術の秋・読書の秋・スポーツの秋・食欲の秋と、いろいろな秋を満喫しましょう。お散歩途中や、お店などで秋を見つけるのも楽しいですね。



柔らかい物が増える傾向にある現代の食事。「丸飲み」や「噛まずに出してしまう」といった悩みも乳児期に多く聞かれます。食べ物を噛む力＝咀嚼力の発達には、寝返り、はいはい、あんよなど、全身を大きく動かす運動が関係しています。離乳食が始まったら、ぜひ担当の保育者にご相談いただき、赤ちゃんの運動機能の発達を家庭と園とで確認しながら進めていきましょう。



## 中秋の名月「お月見」

中秋の名月を「十五夜」ともいいます。十五夜は、秋の美しい月を見ながら収穫に感謝する日といわれ、十五夜には、15個のお団子をお供えます。お月見に欠かせないお団子は、白玉粉や上新粉で作ります。白玉粉で作るときは、豆腐を入れるとなめらかになり、子どもたちも食べやすくなります。お月様の見えるところにお団子と、秋に収穫される果物やススキを供えて、感謝と祈りを捧げましょう。

