

# 2024年9月 田口保育園 給食だより

⑨は手作りおやつを表しています ※アレルギー疾患のお子様には除去食を用意しています  
※食材の仕入れ状況により献立を変更する場合があります

月	火	水	木	金	土	日	年	月
26	27	28	29	30	31	1	2024	9
2   オレンジ 雑穀ごはん 豆腐ハンバーグ きのごソースかけ レタス こぶき芋 冬瓜の味噌汁 牛乳 ⑨じゃこチーズトースト(卵)	3   源氏パイ 雑穀ごはん トマトスープ 魚のレモンバター焼き グリンリーフ バナナ 牛乳 ⑨納豆のかき揚げ(卵)	4   満月ボン 雑穀ごはん 豚肉とごぼうの味噌炒め 枝豆 かき卵汁(卵) 牛乳 ⑨麩のシュガーラスク	5   ⑨ゆかりおにぎり 雑穀ごはん すり身のカラフルおとし揚げ(卵) 春雨の酢の物(卵) もずくと小松菜のすまし汁 牛乳 青りんごゼリー(卵)	6   クラッカー 雑穀ごはん カレーうどん(鶏) 胡瓜のオイル漬け オレンジ 牛乳 ⑨焼き芋	7   黒棒 雑穀ごはん 豚肉と高野豆腐の卵とじ(卵) 野菜の胡麻和え 南瓜の味噌汁 ザッポロポテト(卵)	8		
9   星たべよ 雑穀ごはん じゃが芋のきんぴら トマトのおかか和え なめこの味噌汁 牛乳 ⑨ご飯せんべい	10   ホームパイ 雑穀ごはん 酢豚 豆サラダ(卵) ワカメスープ パイナップル 牛乳 ヨーグルト	11   バナナ 雑穀ごはん 魚の竜田揚げ おからの煮物 もずくのすまし汁 牛乳 ⑨ザモザ	12   ⑨大豆きな粉 雑穀ごはん 鶏むね肉のピカタ(鶏)(卵) レタス 法蓮草の和風サラダ コンソメスープ(卵) 牛乳 梨	13   リッツ 青菜おにぎり ツナと玉ねぎの和風スパゲッティ 枝豆の冷製ポタージュスープ りんご 牛乳 ⑨クリームブリュレ(卵)	14   ハーベスト 雑穀ごはん 炒り豆腐(鶏)(卵) ワカメと胡瓜の酢の物 切干大根の味噌汁 えいじビスケット(卵)	15		
16   敬老の日 雑穀ごはん ハヤシライス キャベツと胡瓜のレモン和え 牛乳 キンビスアスパラガス	17   ⑨りんごのコンポート 雑穀ごはん 中華丼 枝豆 オレンジ もずくのすまし汁スープ 牛乳 ⑨マカロニきな粉	18   満月ボン 雑穀ごはん 中華丼 枝豆 オレンジ もずくのすまし汁スープ 牛乳 ⑨マカロニきな粉	19   源氏パイ 雑穀ごはん 茄子田楽 ゆで卵(卵) 豆腐と水菜のすまし汁 牛乳 ⑨ブライドポテト	20   オレンジ 雑穀ごはん 魚のコーンエック焼き レモン ミネストローネスープ(卵) 牛乳 アイスクリーム(卵)	21   ミニドーナツ 雑穀ごはん カレーのそぼろ丼 竹輪ともやしのナムル(卵) さつまいもの豆乳スープ おととと(卵)	22   春分の日		
23   振替休日 雑穀ごはん ルーローハン風 レタス にら入りかき卵汁(卵) 牛乳 ⑨おはぎ	24   ⑨ふかし芋 雑穀ごはん ルーローハン風 レタス にら入りかき卵汁(卵) 牛乳 ⑨おはぎ	25   クラッカー うさぎごはん ミートローフ(卵) グリンリーフ トマト コーンスープ パイナップル 牛乳 ケーキ(卵)(乳)	26   ヨーグルト 雑穀ごはん 南瓜のじゃこ天 ピーマンとソーセージの甘辛炒め 豆腐とわかめの味噌汁 牛乳 肉まん	27   揚げせん 食パン(卵) 鮭とじゃが芋のクリーム煮(卵) ドレッシングサラダ バナナ 麦茶 ⑨昆布おにぎり	28   黒棒 <愛情弁当の日> お弁当に ご飯とおかずを入れて 持ってきてください ゴロゴロラスク(卵)	29		
30   ⑨高野豆腐の煮物 かやくおにぎり 牛肉入り和風にゆう麵 ポテトサラダ(卵) オレンジ 牛乳 プリン(卵)	1	2	3	4	5	6		

今月のメニューより「ひきわり納豆の包み揚げ」を紹介します  
 <材料(大人2人+子ども1人分)>  
 ひきわり納豆2パック、ねぎ5cm、生しいたけ1個、餃子の皮20枚、パセリ 少々  
 揚げ油 適量  
 <作り方>  
 ①ねぎ、生しいたけをみじん切りにする。  
 ②納豆と①を混ぜ、添付の納豆のたれも加えてよく混ぜ合わせる。  
 ③餃子の皮で②を包む。  
 ④180度の油で③をカラッとさせるまで揚げたら皿に盛り、パセリを添える

心と体を育てる“食育”をしよう！！  
 子どもが台所で手伝ってやってみたいこと  
 ・野菜を切る ・卵を割る ・ケーキを焼く ・天ぷらを揚げる ・お米をとく  
 食育そのものの食事作りへの参加は、  
 大人が「食事作りや後片付けを手早く済ませたい」！と思うほど子どもを台所から遠ざけがちです。  
 家族(大人)の心のゆとりが、どうやら『キッズ・イン・キッチン』の力を握っています！