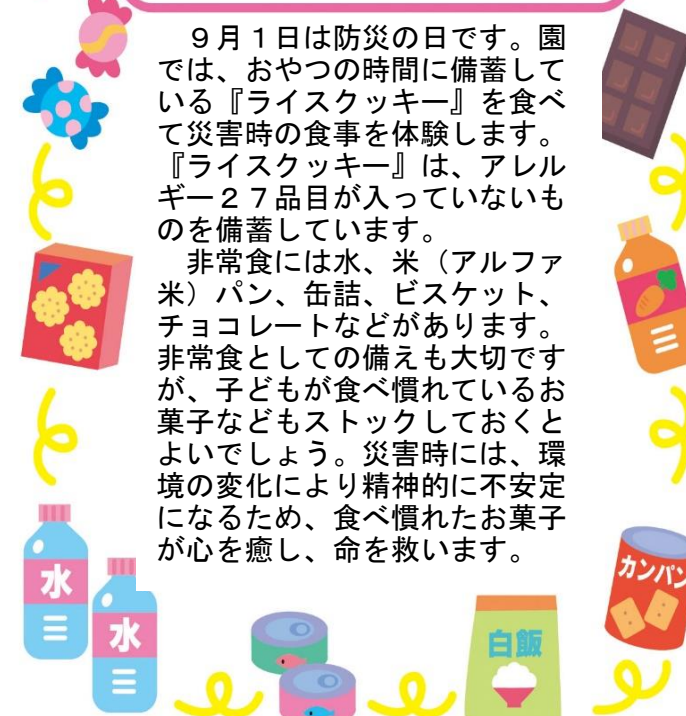


| 日  | 曜 | 3未<br>午前間食  | 献立名                                  | 午後間食            | あかのなかま<br>(体を作るもの)               | みどりのなかま<br>(体の調子を整えるもの)                     | きいろのなかま<br>(動く力になるもの)       |
|----|---|-------------|--------------------------------------|-----------------|----------------------------------|---|-----------------------------|
| 1  | 金 | 牛乳<br>クラッカー | ご飯、魚のコンソメスープかけ、パイン缶<br>野菜の味噌和え、添え野菜  | ミルク<br>防災クッキー   | 牛乳、ミルク、魚<br>かにかま、わかめ             | 人参、クリームコーン、玉ねぎ、人参<br>キャベツ、きゅうり、ブロッコリー、パイン缶  | ご飯、マヨネーズ、砂糖                 |
| 2  | 土 | 牛乳<br>果物    | ご飯、親子煮<br>きゅうりのゆかり和え、果物              | 牛乳<br>ビスケット     | 牛乳、鶏肉、卵                          | 人参、玉ねぎ、干椎茸、ねぎ<br>グリルピーズ、きゅうり、果物             | ご飯、じゃが芋、砂糖                  |
| 4  | 月 | 牛乳<br>クッキー  | ご飯、鶏団子の中華スープ<br>マカロニサラダ、オレンジ         | ◎牛乳<br>リンゴマフィン  | 牛乳、鶏ミンチ、卵                        | 玉ねぎ、人参、干椎茸、もやし、ねぎ<br>きゅうり、南瓜、コーン、ホウレンソウ、リンゴ | ご飯、じゃが芋、砂糖<br>マカロニ、春雨、マヨネーズ |
| 5  | 火 | 牛乳<br>ビスケット | ハヤシライス<br>カミカミ和え、バナナ                 | 牛乳<br>せんべい      | 牛乳、豚肉、さきいか                       | 玉ねぎ、人参、しめじ、グリルピーズ<br>切干大根、きゅうり、バナナ          | ご飯、じゃが芋、ごま、油                |
| 6  | 水 | 牛乳<br>クラッカー | ご飯、魚のチーズ焼き、オレンジ<br>コーンサラダ、ポイル野菜      | ◎いちごの<br>ムース    | 牛乳、魚、チーズ                         | キャベツ人参、きゅうり、コーン<br>ブロッコリー、オレンジ              | ご飯、マヨネーズ                    |
| ⑦  | 木 | 牛乳<br>ウエハース | わんこそめん<br>かき揚げ、バナナ                   | 牛乳<br>スティックパン   | 牛乳、わかめ、ムキエビ                      | 人参、ねぎ、ピーマン、玉ねぎ<br>ごぼう、南瓜、バナナ                | 素麺、天ぷら粉、さつま芋<br>油、パン        |
| 8  | 金 | 牛乳<br>おかき   | ご飯、鶏肉の梅醤油やき<br>ひじきの煮物、添え野菜、ホウレンソウ    | ◎ミルク<br>ポップコーン  | 牛乳、ミルク鶏肉、芽ひじき<br>ちくわ、油揚げ         | 人参、グリルピーズ、キャベツ、きゅうり<br>オレンジ                 | ご飯、砂糖                       |
| 9  | 土 | 牛乳<br>せんべい  | 具沢山味噌汁<br>かえりの甘酢、果物                  | 牛乳<br>クラッカー     | 牛乳、豚肉、油揚げ<br>木綿豆腐、かえり            | 玉ねぎ、人参、ねぎ、果物                                | ご飯、じゃが芋、ごま<br>砂糖            |
| 11 | 月 | 牛乳<br>クッキー  | ご飯、八宝菜、オレンジ<br>わかめと胡瓜のナムル            | ミルク<br>チーズ、あられ  | 牛乳、ミルク、豚肉、ムキエビ<br>うずら卵、わかめ、ハム    | 玉ねぎ、人参、干椎茸、白菜、ピーマン<br>ねぎ、もやし、きゅうり、オレンジ      | ご飯、ごま、ごま油<br>砂糖、油           |
| 12 | 火 | 牛乳<br>あられ   | ご飯、煮魚、酢味噌和え<br>南瓜煮、添え野菜、バナナ          | ◎牛乳<br>牛蒡かけうどん  | 牛乳、魚、ちくわ                         | キャベツ人参、きゅうり、南瓜<br>ブロッコリー、バナナ、ごぼう            | ご飯、小麦粉、砂糖<br>マーガリン、油        |
| 13 | 水 | 牛乳<br>クラッカー | ご飯、ポークビーンズ<br>シルバーサラダ、パイン缶           | ミルク<br>原宿ドッグ    | 牛乳、ミルク、豚肉<br>水煮大豆、芽ひじき           | 人参、玉ねぎ、干椎茸、グリルピーズ<br>ピーマン、きゅうり、コーン、パイン缶     | ご飯、じゃが芋、春雨<br>マヨネーズ、砂糖、油    |
| 14 | 木 | 牛乳<br>ウエハース | 豚もやしラーメン<br>ねばねば和え、オレンジ              | ◎わかめ<br>おにぎり    | 牛乳、豚肉、ちくわ<br>納豆、わかめ              | もやし、人参、玉ねぎ、ニラ、ねぎ<br>大根、小松菜、オレンジ             | 中華麺、ご飯、砂糖、油                 |
| ⑮  | 金 | 牛乳<br>おかき   | 与一寿司、すまし汁<br>バナナ                     | ホウレンソウゼリー       | 牛乳、卵、焼き穴子<br>ムキエビ、わかめ、木綿豆腐       | 人参、干瓢、椎茸、蓮根、枝豆<br>玉ねぎ、ねぎ、バナナ、ぶどう            | ご飯、砂糖                       |
| 16 | 土 | 牛乳<br>せんべい  | ご飯、鶏肉と野菜のスープ、果物<br>シューマイ、ポイルキャベツ     | 牛乳<br>ウエハース     | 牛乳、鶏肉、卵<br>シューマイ                 | 人参、玉ねぎ、しめじ、もやし<br>キャベツ、果物                   | ご飯、じゃが芋                     |
| 19 | 火 | 牛乳<br>あられ   | ご飯、焼き肉風炒め、粉ふき芋<br>人参グラッセ、ブロッコリー、オレンジ | ミルク<br>おやつ昆布    | 牛乳、ミルク<br>牛肉、豚肉、                 | 玉ねぎ、人参、もやし、ピーマン<br>ブロッコリー、オレンジ              | ご飯、じゃが芋<br>マーガリン、砂糖、油       |
| 20 | 水 | 牛乳<br>クッキー  | ご飯、鮭とレタスの重ね焼き<br>三色和え、添え野菜、パイン缶      | ◎おはぎ            | 牛乳、鮭、卵                           | レタス、小松菜、人参、きゅうり<br>キャベツ、パイン缶                | ご飯、マヨネーズ、ごま<br>砂糖、あんこ、もち米   |
| 21 | 木 | 牛乳<br>クラッカー | ご飯、真砂揚げ、スティック野菜<br>わかめの酢の物、梨         | ミルク<br>おかき      | 牛乳、ミルク、鶏ミンチ、豆腐<br>油揚げ、ムキエビ、卵、わかめ | 人参、きゅうり、大根、梨                                | ご飯、油、ごま、砂糖                  |
| 22 | 金 | 牛乳<br>ウエハース | ご飯、スパニッシュオムレツ<br>青菜のごま和え、添え野菜、バナナ    | ◎牛乳<br>クラッカーサンド | 牛乳、卵、豚ミンチ<br>ちくわ                 | 玉ねぎ、人参、ピーマン、小松菜、胡瓜<br>ブロッコリー、バナナ、南瓜         | ご飯、じゃが芋<br>ごま、砂糖            |
| 25 | 月 | 牛乳<br>おかき   | ご飯、相性汁、オレンジ<br>しらすと小松菜の和え物           | ◎牛乳<br>ロククッキー   | 牛乳、豆乳、豚肉、豆腐<br>油揚げ、しらす、卵         | 大根、人参、玉ねぎ、ねぎ、小松菜<br>キャベツ、きゅうり、ホウレンソウ        | ご飯、さつま芋、砂糖<br>小麦粉、マーガリン     |
| 26 | 火 | 牛乳<br>あられ   | ご飯、蒸し魚の外付けソースかけ<br>切干大根の煮物、粉ふき芋、バナナ  | ◎フルーツ<br>ヨーグルト  | 牛乳、ヨーグルト、魚<br>卵、ちくわ、油揚げ          | 玉ねぎ、きゅうり、切干大根、ごぼう<br>バナナ、果物                 | ご飯、じゃが芋、砂糖<br>マヨネーズ         |
| 27 | 水 | 牛乳<br>せんべい  | ご飯、鶏肉のトマトソース風煮<br>根菜サラダ、ポイル野菜、オレンジ   | ミルク<br>おかき      | 牛乳、ミルク、鶏肉                        | 玉ねぎ、人参、椎茸、トマト缶、蓮根<br>ごぼう、きゅうり、キャベツ、ホウレンソウ   | ご飯、砂糖、マヨネーズ                 |
| 28 | 木 | 牛乳<br>ビスケット | 五目うどん、レバニラ炒め<br>バナナ                  | ◎牛乳<br>シナモンスト   | 牛乳、豚肉、鶏レバー<br>かまぼこ、わかめ           | 人参、ねぎ、玉ねぎ、にら、もやし<br>バナナ                     | ご飯、食パン、砂糖<br>マーガリン          |
| ⑲  | 金 | 牛乳<br>クラッカー | “お月見ランチ”<br>お月見丼、きのこのスープ、梨           | ミルク<br>さきいか     | 牛乳、ミルク<br>鶏ミンチ、卵                 | 人参、小松菜、玉ねぎ、えのき<br>しめじ、ねぎ、梨                  | ご飯、じゃが芋、砂糖、油                |
| 30 | 土 | 牛乳<br>おかき   | ご飯、豚肉とごぼうの煮物<br>もやしの塩っぺ和え、果物         | 牛乳<br>ビスケット     | 牛乳、豚肉                            | ごぼう、人参、玉ねぎ、しめじ、椎茸<br>もやし、コーン、果物             | ご飯、じゃが芋、砂糖                  |

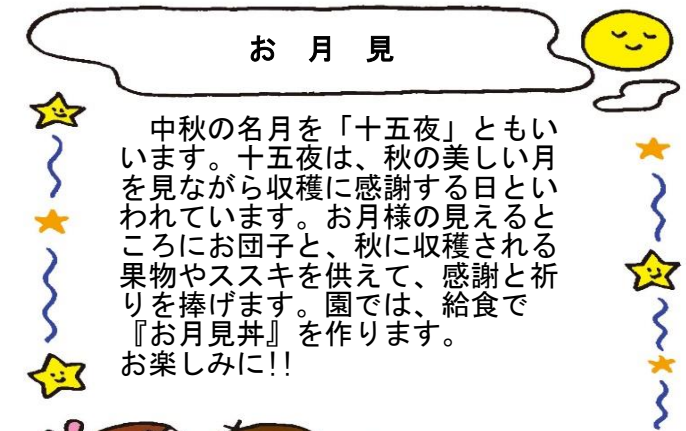
非常食の準備

9月1日は防災の日です。園では、おやつ時間に備蓄している『ライスクッキー』を食べて災害時の食事を体験します。『ライスクッキー』は、アレルギー27品目が入っていないものを備蓄しています。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ります。非常食としての備えも大切ですが、子どもが食べて慣れているお菓子などもストックしておくとういでしょう。災害時には、環境の変化により精神的に不安定になるため、食べ慣れたお菓子が心を癒し、命を救います。



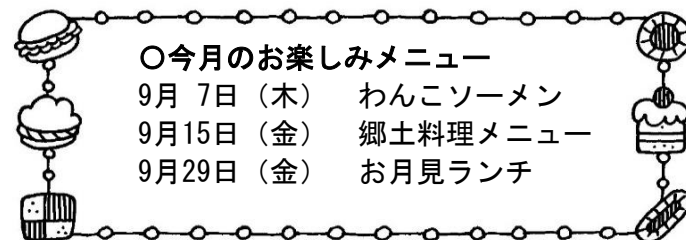
お月見

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ています。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す。園では、給食で『お月見丼』を作ります。お楽しみに!!



○今月のお楽しみメニュー

- 9月7日（木） わんこそめん
- 9月15日（金） 郷土料理メニュー
- 9月29日（金） お月見ランチ



○印の日は、3歳以上児さんの主食はいりません。  
◎印の間食は、手作りおやつです。



