



9がつ

こんだてひょう



げつようび



かようび

すいようび

もくようび

きんようび

どようび

3日	4日	5日	6日	7日	8日
あぶたま ナス炒り みそ汁 ★せんべい・牛乳	クリームスパゲティ 五目スープ やさいジュース ★おたのしみおやつ★	炒り豆腐 キノコサラダ チンゲン菜スープ ★マーラーカオ・ほうじ茶	ちくわの二色揚げ 切干大根煮 カレー汁 フルーツ ★小倉トースト・牛乳	麦ごはん すき焼き風煮 大豆と小魚のからめ煮 ビーフンスープ ★バナナパンケーキ・麦茶	パン 牛乳
10日	11日	12日	13日	14日	15日
蒸し卵とウインナーソテー 野菜炒め いもの子汁 ★せんべい・牛乳	ピラフ 細野菜スープ ジョア ★カルピスのミルクゼリー	豆腐と野菜の旨煮 きゅうりとホタテのサラダ 洋風みそ汁 ★みたらし団子・幼児牛乳	魚の唐揚げ 筑前煮 みそ汁 ★ホットドッグ・牛乳	温麺 ニラともやしの和え物 グレープフルーツ ★セサミカップケーキ・ほうじ茶	(おにぎり持参の日) パスタスープ りんごジュース
17日	18日	19日	20日	21日	22日
敬老の日 	三色どんぶり かぼちゃの煮物 幼児牛乳 ★ヨーグルト	マーボー豆腐 ハムサラダ 押し麦スープ ★じゃがまる・麦茶	うさぎハンバーグ キャベツとコーンの和え物 みそ汁 ★わかめチーズおにぎり・牛乳	麦ごはん みそカツ あおなの納豆和え わかめスープ ★十五夜デザート・せんべい	 運動会
24日	25日	26日	27日	28日	29日
振替休日 	キノコと鮭の炊き込みごはん 麩のたまごとじ みそ汁 ★ヨーグルト	肉豆腐 マカロニサラダ 小松菜とはんぺんのスープ ★セサミドーナツ・幼児牛乳	魚の野菜あんかけ うの花 とろとろスープ ★二色だんご・牛乳	二色サンド ポトフ ヤクルト ★れんこんチップス・ほうじ茶	希望保育の日

★★★今月のお弁当のいない日★★★
 (4日、7日、11日、14日、18日、21日、25日、28日)です。
 ★15日(土)登園の際は、家庭からおにぎり・はし・おしぼりをおねがいします。
 ★今月の平均熱量(kcal)をお知らせします。9月は496kcalです。

～今年の十五夜は9月24日です。～
 お月見は旧暦の8月15日に月を鑑賞する行事で、この日の月は「中秋の名月」「十五夜」「芋名月」と呼ばれます。
 日本では、お団子やお餅、すすき、里芋などをお供えて月を眺めます。



まだまだ残暑厳しい日もありますが、雲の流れや風が秋めいてきました。子ども達は暑さにも負けず毎日給食を残さず食べてくれています。
 7月、8月は夏野菜の収穫や流しそうめんなど夏ならではの楽しみを味わい、収穫した野菜を給食でも、提供しました。やはり、自分たちで手をかけた野菜は格別だったようです。
 ナス、きゅうり、オクラ、モロヘイヤ、スイカ、メロンなど旬の食材もたくさん食べ、暑さに負けない身体で夏を乗り切ることができました。
 特に果物は子ども達に人気で「わーい、メロンだ!」と聞こえてきました(*´艸`)
 だんだんと、涼しくなると子ども達の食欲も少しずつ高まってきますが、夏の疲れが出てくる頃でもあります。
 さらに、園でも少しずつ運動会へ向けての取り組みが始まってきます。よく休息をとり、できるだけ朝食を食べて登園するようにしましょう。