

9月給食だより

2017.9
滑川市保育所給食献立作成会
教育委員会子ども課

ひ	ようび	3さいみまん		きゅうしょく					おやつ		
		みまんじおやつ	しゅしょく	こんだてめい		ないよう					
				からだをつくる(あか)	ちからのもと(き)	ちようしをととのえる(みどり)					
1	きん	ぎゅうにゅう おこさませんべい	ごはん	ごもくだいす スティックきゅうり トマト みそしる	とりにく ちくわ にぼし	だいす わかめ	こんにやく	にんじん しめじ かぼちゃ にんじん トマト ねぎ	きゅうり にんじん	ミルク ばかうけ	
2	ど		パン	パン ぎゅうにゅう フルーツ まんがソーセージ	ぎゅうにゅう	まんがソーセージ	パン	フルーツ		おちゃ クッキー	
4	げつ	ぎゅうにゅう かりんとう	ごはん	とりにくでりやき コーンいりおひだし やさしいじる	とりにく	にぼし	じゃがいも	しょうが にんじん たまねぎ	あおな コーン ねぎ	もやし ごぼう	ぎゅうにゅう バナナ
5	か	ぎゅうにゅう チーズキッス	パン	やさしいラーメン きりぼしあえ オレンジ	ぶたにく		ちゅうかめん	キャベツ たけのこ あおな	もやし にんじん きりぼしだいこん オレンジ	コーン ねぎ	ミルク ミルクスティック
6	すい	ぎゅうにゅう ビスコ	ごはん	かきあげ プロッコリー トマト みそしる	ウインナー たまご	にぼし とうふ	さつまいも こむぎこ	にんじん ごぼう しめじ	たまねぎ プロッコリー えのき	ピーマン トマト ねぎ	ココアミルク かきもち
7	もく	ぎゅうにゅう ハムてつりクッキー	ごはん	あつやきたまご ひじきに プロッコリー みそしる	たまご さつまあげ にぼし	ひじき あつあげ		にんじん キャベツ	いんげん ねぎ	プロッコリー	ミルク こつぶっこ
8	きん	ぎゅうにゅう しおせんべい	ごはん	さかなのムニエル さざなみあえ かぼちゃスープ	さかな とうにゅう	さざなみ	こむぎこ	キャベツ かぼちゃ	きゅうり たまねぎ	にんじん	ぎゅうにゅう ストロベリー ゼリー
9	ど		パン	パン ぎゅうにゅう フルーツ まんがソーセージ	ぎゅうにゅう	まんがソーセージ	パン	フルーツ		おちゃ クッキー	
11	げつ	ぎゅうにゅう クラッカー	ごはん	こんさいカレー ぶくじんづけ フルーツサラダ	とりにく	ヨーグルト	じゃがいも	たまねぎ しょうが ももかん	にんじん にんにく バナナ	れんこん ぶくしんづけ パインかん	ぎゅうにゅう あげさといもの みたらしふう
12	か	ぎゅうにゅう ウエハス	ごはん	さかなのあますあんかけ おかかあえ みそしる	さかな あつあげ	かつおぶし にぼし	こむぎこ かたくりこ	にんじん もやし	しいたけ キャベツ	たまねぎ なす	ミルク はらじゆくドッグ
13	すい	ぎゅうにゅう ポーロ	ごはん	スクランブルエッグ スティックきゅうり トマト ワンタンスープ	たまご ぶたにく	ベーコン かまぼこ	ワンタン	たまねぎ グリーンピース ねぎ	にんじん きゅうり もやし	コーン トマト	ぎゅうにゅう おとっと
14	もく	ぎゅうにゅう なし	ごはん	マーボードウフ ちゅうかサラダ トマト	とうふ わかめ	ぶたひきにく ハム	かたくりこ はるさめ	ねぎ しいたけ コーンかん	しょうが にんじん トマト	たけのこ きゅうり	ヨーグルジョイ オールレーズン
15	きん	ぎゅうにゅう かりんとう	パン	きつねうどん ポイルウインナー おひだし	うすあげ たまご かつおぶし	かまぼこ だしこんぶ ウインナー	うどん	ねぎ あおな	たまねぎ もやし	にんじん	ぎゅうにゅう ぶどう
16	ど		パン	パン ぎゅうにゅう フルーツ まんがソーセージ	ぎゅうにゅう	まんがソーセージ	パン	フルーツ		おちゃ クラッカー	
19	か	とうにゅう バナナ	ごはん	やきざかな きんぴらごぼう きのこじる トマト	さかな とうふ	さつまあげ にぼし	つきごん いりごま	ごぼう しめじ たまねぎ	にんじん えのき トマト	いんげん しいたけ	とうにゅう せんべい
20	すい	ぎゅうにゅう サブシ	ごはん	ハンバーグ プロッコリー にんじんのあまに ポテトスープ	あいびきにく たまご	ぎゅうにゅう わかめ	パンこ じゃがいも	たまねぎ コーン	プロッコリー にんじん	にんじん	ミルク フレンチパイ
21	もく	ぎゅうにゅう クリームサンド ウエハス	パン	ナポリタンスパゲティ わかめスープ チーズ入こぶきいも	ウインナー とうふ	わかめ チーズ	スパゲティー じゃがいも	たまねぎ ピーマン	にんじん えのき	しめじ	フルーツボンチ
22	きん	ぎゅうにゅう クッキー	ごはん	オムレツのやさしいあんかけ みそしる トマト	オムレツ にぼし	とうふ	かたくりこ	たまねぎ グリーンピース	にんじん あおな	コーン トマト	ミルク エビまんげつ
23	ど		パン	パン ぎゅうにゅう フルーツ まんがソーセージ	ぎゅうにゅう	まんがソーセージ	パン	フルーツ		おちゃ ドーナツ	
25	げつ	ぎゅうにゅう ぱりんこ	ごはん	さつまいもごはん とんかつ スティックきゅうり パインかん すましじる	ぶたにく だしこんぶ とうふ	たまご わかめ かつおぶし	さつまいも いりごま こむぎこ パンこ	きゅうり にんじん	パインかん しいたけ	オレンジジュース ケーキ	

ひ	ようび	3さいみまん		きゅうしょく					おやつ			
		みまんじおやつ	しゅしょく	こんだてめい		ないよう						
				からだをつくる(あか)	ちからのもと(き)	ちようしをととのえる(みどり)						
26	か	ぎゅうにゅう しろいふうせん	ごはん	コーンクリームシチュー ごまびたし トマト	とりにく	ぎゅうにゅう	じゃがいも すりごま	たまねぎ プロッコリー トマト	にんじん コーン キャベツ	しめじ キャベツ	ミルク ひじきスティック	
27	すい	ぎゅうにゅう オレンジ	パン	やきそば プロッコリー たまごスープ	ぶたにく	たまご	やきそばめん かたくりこ	キャベツ ピーマン たまねぎ	にんじん プロッコリー ねぎ	もやし コーン しいたけ	ココアミルク ハッピーターン	
28	もく	ぎゅうにゅう ビスケット	ごはん	ちくぜんに しゅうまい あますあえ	とりにく	だしこんぶ	さつまあげ シュウマイ	こんにやく	れんこん にんじん	ごぼう キャベツ	だいこん きゅうり	ぎゅうにゅう ココアおしぼん
29	きん	ぎゅうにゅう ブリッツ	ごはん	いわしのうめ マカロニサラダ みそしる	いわしのうめ あつあげ	ハム にぼし	マカロニ じゃがいも	にんじん だいこん	きゅうり	コーン	ぎゅうにゅう バナナ	
30	ど		パン	パン ぎゅうにゅう フルーツ まんがソーセージ	ぎゅうにゅう	まんがソーセージ	パン	フルーツ			おちゃ ビスケット	

※各保育所(園)の状況により、土・日などの献立が変わることがあります。



9月は防災月間で

9月1日は、災害への認識を深め、備えを確認する「防災の日」です。

ご自宅でも防災グッズの用意や点検をされていることと思います。

食料は非常食だけではなく、乾物や缶詰、レトルト食品などの常温で保存が効くものを備蓄します。それらを普段の食事消費しながら買い足していく、ローリングストック法がおすすめです。

その際、非常食にお子さんがいつも食べているおやつを加えておくと、万のときにも不安を和らげてくれる効果があります。



甘くてみずみずしい

おいしい食べ物がいっぱい

ぶどう

ぶどうは秋が旬の果物で、濃い紫色の巨峰や巨峰を品種改良したピオーネ、種なしで小粒のデラウェア、淡い緑色のマスカットなど、さまざまな品種が出回っています。

ぶどうは、甘み成分の1つであるブドウ糖や、水分が多く含まれるので、甘くてみずみずしいのが特徴です。

ぶどうは球形でスルッと口の中に入ってしまうので、窒息事故の危険があります。食べている間は目を離さないようにし、子どもにはゆっくりよくかむように伝えましょう。



食欲の秋を
楽しみましょう