

2023年 9月 給食だよ!

光輪はさみこども園 8月31日配布

		1日(金) 幼児部始業式				2日(土)	
つくし主食		麦ごはん				発芽玄米	
副菜		トマトソースハンバーグ 大根の味噌汁 きゅうりの中華和え もも				鶏肉のゴマ味噌炒め しめじスープ フライドポテト バナナ	
離乳食		納豆がゆ・大根の味噌汁				おかゆ・人参スープ	
つくしおやつ		小魚スナック・野菜スティック				うの花クッキー・紫いもチップ	
たんぼおやつ		カリボテ・あまからせん				豆乳ウエハース・サラダせんべい	
		4日(月)	5日(火)	6日(水)	7日(木)	8日(金) 乳児部祖父母のつどい	9日(土)
つくし主食		ゆかりご飯	雑穀米	発芽玄米	麦ごはん(納豆)	ロールパン	発芽玄米
副菜		ミートローフ ごぼうの味噌汁 きゅうりのドレッシング和え ゼリー	五目春雨 キャベツスープ トマト オレンジ	南瓜と冬瓜のそぼろあんかけ もやしの味噌汁 ウインナー バナナ	白身魚のピカタ 茄子のすまし汁 ほうれん草のゴマ和え パイ	ちゃんぽん 竹輪のケチャップ焼き 切干大根の煮物 梨	ごぼうと豚肉のソテー えのきのすまし汁 とうもろこし もも
離乳食		おかゆ・豆腐の味噌汁	おかゆ・キャベツスープ	磯がゆ・もやしの味噌汁	納豆がゆ・茄子のすまし汁	パンがゆ・ちゃんぽん	おかゆ・玉ねぎのすまし汁
つくしおやつ		★お麩ラスク	★さつま芋パン	ヨーグルト・ひじきスティック	えびせんべい・クラッカー	いりこ・カステラ	カリボテ・ミルクスティック
たんぼおやつ				ヨーグルト・紫いもチップ	おにぎりせんべい・丸ボウロ		お野菜ポテト
		11日(月)	12日(火)	13日(水)	14日(木)	15日(金) ハヤシライスの日	16日(土)
つくし主食		雑穀米(ふりかけ)	麦ごはん	発芽玄米	ゆかりご飯	雑穀米	発芽玄米
副菜		肉じゃが ヒジキの味噌汁 枝豆 バナナ	白身魚のオランダ揚げ 厚揚げのすまし汁 えのきの梅肉和え パイ	きのこのピーマン炒め コーンスープ 粉ふき芋 オレンジ	ベーコンオムレツ 小松菜のすまし汁 ワカメの酢の物 ゼリー	ハヤシライス 彩りサラダ 梨	八宝菜 大根の味噌汁 チキンナゲット もも
離乳食		磯がゆ・じゃが芋の味噌汁	おかゆ・豆腐のすまし汁	おかゆ・コーンスープ	おかゆ・小松菜のすまし汁	おかゆ・人参スープ	おかゆ・大根の味噌汁
つくしおやつ		紫いもチップ・ひじきスティック	★南瓜パン	★マカロニきな粉	小魚スナック・ミルクスティック	★フルーツヨーグルト	小魚スナック・野菜スティック
たんぼおやつ		こつぶっこ			クラッカー		紫いもチップ・ボン菓子
		18日(月)	19日(火)	20日(水)	21日(木)	22日(金)	23日(土)
つくし主食			麦ごはん	雑穀米(納豆)	ロールパン	ゆかりご飯	
副菜		敬老の日	豚肉のさっぱり煮 中華スープ ゆで卵 パイ	白身魚のパン粉焼き ワカメの味噌汁 浦上そぼろ もも	梅肉の和風スパゲティ 南瓜のすまし汁 とうもろこし オレンジ	焼きししゃも きのこの味噌汁 ポテトサラダ ゼリー	秋分の日
離乳食			おかゆ・もやしスープ	納豆がゆ・豆腐の味噌汁	パンがゆ・南瓜のすまし汁	おかゆ・じゃが芋の味噌汁	
つくしおやつ			★豆乳パン	★梨のくすもち	カリボテ・うの花クッキー	★南瓜とゴマのクッキー	
たんぼおやつ					丸ボウロ・カリボテ		
		25日(月)	26日(火) 第1回運動会総練習	27日(水)	28日(木)	29日(金)	30日(土)
つくし主食		麦ごはん	ゆかりご飯	発芽玄米(ふりかけ)	ロールパン	雑穀米	発芽玄米
副菜		豆腐とエビのトマト煮 オニオンスープ チキンナゲット バナナ	ささみフライ ワカメのすまし汁 シルバーサラダ パイ	白身魚の紅葉焼き 豆腐の味噌汁 野菜きんぴら 梨	茄子グラタン 薄揚げのすまし汁 ウインナー もも	ひじきとごぼうのかき揚げ チキンスープ 青菜の納豆和え ゼリー	厚揚げときのこの生姜炒め お麩の味噌汁 枝豆 オレンジ
離乳食		おかゆ・オニオンスープ	おかゆ・人参のすまし汁	磯がゆ・豆腐の味噌汁	パンがゆ・茄子のすまし汁	おかゆ・もやしスープ	おかゆ・キャベツの味噌汁
つくしおやつ		ヨーグルト・クラッカー	★黒糖パン	★リンゴの蒸しケーキ	いりこ・カステラ	★ココアスコーン	えびせんべい・ミルクスティック
たんぼおやつ		ヨーグルト・サラダせんべい			いりこ・シガーフライ		ぼたぼた焼き・ボン菓子

<食卓で「おいしい」を共有しよう!>

子どもの食への関心を育む要素の一つに、「一緒に食べる喜び」があります。家族そろっての食事の時間は大切にしたいですね。「ホクホクしておいしいね」「シャキシャキした食感だね」など言葉かけすると、食べたときの会話や表現も豊かになります。



※幼児部たんぼぼは白ごはん(梅干し可)を持ってきてください。

★は手作りおやつです。火曜日のおやつはアーリーモーニングさんの手作りパンです。

※15日(金)はハヤシライスの日です。

幼児部たんぼぼはスプーンの準備をお願いします。

※22日(金)の焼きししゃもは、2歳児以上のメニューです。0、1歳児(つぼみ、はな、ゆき)は白身魚のメニューとなります。

※献立は都合により、変更する場合があります。