2024年 9月 こんだてひょう

館第一すぎのこ保育園

日	曜	1･2歳午前おやつ	昼食	3時おやつ	栄養価(幼児) エネルギー 脂質	タンパク質
2	月	牛乳 ベジタブルせんべい	栄養たっぷりそぼろ丼 スティック野菜 みそ汁	牛乳 イチゴ蒸しパン	491 Kcal 15 g	22.3 g
3	火	牛乳 豆花クッキー	ごはん 野菜カレー フレンチサラダ	フルーツポンチ クラッカー	480 Kcal 13 g	15.7 g
4	水	牛乳 きかん棒	【お誕生日会】照り焼きバーガー 青菜とコーンソテー マカロニスープ 梨	牛乳 スイートポテト	516 Kcal 21 g	17.5 g
5	木	りんごジュース スティックチーズ	ごはん 鶏肉の香草パン粉焼き 味噌ドレッシング オクラスープ	麦茶 ふりかけおにぎり 浅漬けきゅうり	520 Kcal 14 g	20.0 g
6	金	牛乳 HIガッキー	ごはん 白身魚のおろしソースかけ もやしの香り和え みそ汁	牛乳 揚げパンココア	525 Kcal 17 g	23.4 g
7	土	牛乳 きかん棒	納豆丼 キャベツの昆布和え すまし汁 オレンジ	りんごゼリー せんべい	368 Kcal 7.4 g	15.0 g
9	月	牛乳 ベジタブルせんべい	餃子丼 中華サラダ たまごスープ	牛乳 ジャムパン	550 Kcal 22 g	23.7 g
10	火	牛乳 豆花クッキー	スパゲッティナポリタン ブロッコリーサラダ ポテトスープ	牛乳 味噌蒸しパン	513 Kcal 14 g	20.6 g
11	水	牛乳 きかん棒	からいもごはん(サツマイモ)鶏肉の生姜焼き 即席漬け 芋の子汁	ぶどうゼリー せんべい	472 Kcal 14 g	19.1 g
12	木	りんごジュース スティックチーズ	米粉ロールパン タンドリーチキン ツナサラダ かぼちゃスープ	牛乳 そぼろおにぎり	570 Kcal 21 g	24.9 g
13	金	牛乳 HIガッキー	ごはん 鮭のみそマヨネーズ おかかあえ すまし汁	牛乳 かぼちゃのケーキ	557 Kcal 19 g	25.4 g
14	土	牛乳 きかん棒	プルコギ丼 スティック野菜 コンソメスープ バナナ	牛乳 ツナサンド	503 Kcal 19 g	22.8 g
17	火	飲むヨーグルト	ごはん 夏野菜カレー フレンチサラダ	フルーツポンチ クラッカー	480 Kcal 13 g	15.7 g
18	水	牛乳 きかん棒	米粉ロールパン ミートローフ 青菜とコーンソテー マカロニスープ	牛乳 スイートポテト	512 Kcal 23 g	19.4 g
19	木	りんごジュース スティックチーズ	ごはん 鶏肉の香草パン粉焼き 味噌ドレッシング オクラスープ	麦茶 ふりかけおにぎり 浅漬けきゅうり	520 Kcal 14 g	20.0 g
20	金	牛乳 HIガッキー	ごはん チキンカレー しゃきしゃき野菜サラダ	ヨーグルト和え クラッカー	513 Kcal 14 g	15.9 g
21	土	牛乳 きかん棒	納豆丼 キャベツの昆布和え すまし汁 オレンジ	りんごゼリー せんべい	368 Kcal 7.4 g	15.0 g
24	火	牛乳 豆花クッキー	スパゲッティナポリタン ブロッコリーサラダ ポテトスープ	牛乳 味噌蒸しパン	513 Kcal 14 g	20.6 g
25	水	飲むヨーグルト	からいもごはん(サツマイモ)鶏肉の生姜焼き 即席漬け 芋の子汁	ぶどうゼリー せんべい	472 Kcal 14 g	19.1 g
26	木	りんごジュース スティックチーズ	米粉ロールパン タンドリーチキン ツナサラダ かぼちゃスープ	牛乳 そぼろおにぎり	570 Kcal 21 g	24.9 g
27	金	牛乳 HIガッキー	ブロッコリーとツナのパスタ 大豆サラダ トマトスープ	牛乳 かぼちゃのケーキ	651 Kcal 29 g	24.7 g
28	土	牛乳 きかん棒	プルコギ丼 スティック野菜 コンソメスープ バナナ	牛乳 ツナサンド	503 Kcal 19 g	22.8 g
30	月	牛乳 ベジタブルせんべい	ごはん チキンカレー しゃきしゃきサラダ	ヨーグルト和え クラッカー	513 Kcal 14 g	15.9 g

お月見

旧暦の8月15日は「十五夜」。満月を見ながら、秋の収穫に感謝する日です。別名「中秋の名月」ともいい、これは「秋の真ん中に出る満月」といういみです。旧暦は今の暦とは数え方が違うことから、今年の十五夜は9月17日（火）になります。芋名月ともいわれることから、9月は給食でもお芋を使った料理やおやつを提供する予定です。

秋の味覚を楽しみましょう！

「実りの秋」といわれるように、秋は新米、なす、さんま、りんご、ぶどう、栗、なし、松茸など、美味しい食べ物が出回る季節です。旬の食材を知って味わうことは、食材への興味が増し、味覚形成にも役立ちます。

食育

9月に食育2回目を行います。2回目は変身大豆！
大豆が変身すると、どんな食べ物ができるのか皆んなで楽しく学びたいと思います。

9月メニュー

からいもごはん･･･「からいも」は漢字で書くと「唐芋」。「からいも」とは「さつまいも」のことです。鹿児島県の郷土料理で山林や海辺などの荒地でもよく育ち、暖かい鹿児島の風土によく合う食べ物です。

芋のこ汁･･･芋のこ汁とは、里芋を用いて作られる汁料理で、鍋料理としても食されます。岩手や秋田の郷土料理として知られており、東北地方をはじめとする各地で食されています。

※懐かしの郷土料理や、給食でリクエストしてほしい料理などありましたら気軽に声をかけてください！！

2024年 9月 献立表（12か月頃～） 館第一すぎのこ保育園

日	曜	午前おやつ		昼食	3時おやつ
2	月	牛乳	かぼちゃボーロ	栄養たっぷりそぼろ丼　スティック野菜　みそ汁	牛乳　イチゴ蒸しパン 人参と小松菜のスープ
3	火	牛乳	豆花クッキー	軟飯　野菜の豆乳煮込み　フレンチサラダ	牛乳　トマトのお粥　野菜のスープ
4	水	牛乳	ベビースティック	【お誕生日会】米粉ロールパン　ハンバーグ　野菜ソテー マカロニスープ　梨	牛乳　スイートポテト　オニオンスープ
5	木	牛乳	かぼちゃボーロ	軟飯　鶏肉の香草パン粉焼き　味噌ドレッシング　オクラスープ	牛乳　ふりかけおにぎり　麩のスープ
6	金	牛乳	HIガッキー	軟飯　白身魚のおろしソースかけ　もやしの香り和え　みそ汁	牛乳　米粉パン　大根スープ
7	土	牛乳	ベビースティック	納豆丼　キャベツの昆布和え　すまし汁　オレンジ	牛乳　おじや　みそ汁
9	月	牛乳	かぼちゃボーロ	そぼろ丼　中華サラダ　野菜スープ	牛乳　ジャムパン　豆乳スープ
10	火	牛乳	豆花クッキー	スパゲッティナポリタン　ブロッコリーサラダ　ポテトスープ	牛乳　味噌蒸しパン　ブロッコリーのスープ
11	水	牛乳	ベビースティック	からいもごはん(サツマイモ)鶏肉の生姜焼き　即席漬け 芋の子汁	牛乳　野菜うどん
12	木	牛乳	かぼちゃボーロ	米粉ロールパン　タンドリーチキン　ツナサラダ　かぼちゃスープ	牛乳　そぼろおにぎり　すまし汁
13	金	牛乳	HIガッキー	軟飯　鮭のみそマヨネーズ　おかかあえ　すまし汁	牛乳　かぼちゃのケーキ　キャベツのスープ
14	土	牛乳	ベビースティック	そぼろ丼　スティック野菜　コンソメスープ　バナナ	牛乳　ツナパン　小松菜のスープ
17	火	牛乳	豆花クッキー	軟飯　野菜の豆乳煮込み　フレンチサラダ	牛乳　トマトのお粥　野菜のスープ
18	水	牛乳	ベビースティック	米粉ロールパン　ミートローフ　青菜とコーンのソテー マカロニスープ	牛乳　スイートポテト　豆腐スープ
19	木	牛乳	かぼちゃボーロ	軟飯　鶏肉の香草パン粉焼き　味噌ドレッシング　オクラスープ	牛乳　ふりかけおにぎり　麩のスープ
20	金	牛乳	HIガッキー	軟飯　野菜の豆乳煮込み　しゃきしゃき野菜サラダ	牛乳　鶏がゆ　ポテトスープ
21	土	牛乳	ベビースティック	納豆丼　キャベツの昆布和え　すまし汁　オレンジ	牛乳　おじや　みそ汁
24	火	牛乳	豆花クッキー	スパゲッティナポリタン　ブロッコリーサラダ　ポテトスープ	牛乳　味噌蒸しパン　ブロッコリーのスープ
25	水	牛乳	ベビースティック	からいもごはん(サツマイモ)鶏肉の生姜焼き　即席漬け 芋の子汁	牛乳　野菜うどん
26	木	牛乳	かぼちゃボーロ	米粉ロールパン　タンドリーチキン　ツナサラダ　かぼちゃスープ	牛乳　そぼろおにぎり　すまし汁
27	金	牛乳	HIガッキー	ブロッコリーとツナのパスタ　大豆サラダ　トマトスープ	牛乳　かぼちゃのケーキ　キャベツのスープ
28	土	牛乳	ベビースティック	そぼろ丼　スティック野菜　コンソメスープ　バナナ	牛乳　ツナパン　小松菜のスープ
30	月	牛乳	かぼちゃボーロ	軟飯　野菜の豆乳煮込み　しゃきしゃき野菜サラダ	牛乳　鶏がゆ　ポテトスープ

お月見

旧暦の8月15日は「十五夜」。満月を見ながら、秋の収穫に感謝する日です。別名「中秋の名月」ともいい、これは「秋の真ん中に出る満月」といういみです。旧暦は今の暦とは数え方が違うことから、今年の十五夜は9月17日（火）になります。芋名月ともいわれることから、9月は給食でもお芋を使った料理やおやつを提供する予定です。

秋の味覚を楽しみましょう！

「実りの秋」といわれるように、秋は新米、なす、さんま、りんご、ぶどう、栗、なし、松茸など、美味しい食べ物が出回る季節です。旬の食材を知って味わうことは、食材への興味が増し、味覚形成にも役立ちます。

食育

9月に食育2回目を行います。2回目は変身大豆！
大豆が変身すると、どんな食べ物ができるのか皆んなで楽しく学びたいと思います。

9月メニュー

からいもごはん・・・「からいも」は漢字で書くと「唐芋」。「からいも」とは「さつまいも」のことです。鹿児島県の郷土料理で山林や海辺などの荒地でもよく育ち、暖かい鹿児島の風土によく合う食べ物です。

芋のこ汁・・・芋のこ汁とは、里芋を用いて作られる汁料理で、鍋料理としても食されます。岩手や秋田の郷土料理として知られており、東北地方をはじめとする各地で食されています。

※懐かしの郷土料理や、給食でリクエストしてほしい料理などありましたら気軽に声をかけてください！！

2024年　9月　献立表(9～11か月頃)　館第一すぎのこ保育園

日	曜	午前食	午後食	
2	月	全がゆ　栄養たっぷりそぼろ煮　ボイル野菜　みそ汁	米粉蒸しパン豆乳浸し　人参と小松菜のスープ	ミルク
3	火	全がゆ　野菜の豆乳煮込み　やさい煮	トマトのお粥　野菜のスープ	ミルク
4	水	【お誕生日会】米粉ロールパン豆乳浸し　ハンバーグのくずし煮　　野菜ソテー マカロニスープ	さつまいもがゆ　オニオンスープ	ミルク
5	木	全がゆ　鶏肉と野菜の煮物　お浸し　オクラスープ	しらすがゆ　麩のスープ	ミルク
6	金	全がゆ　白身魚のおろし煮　青菜と人参の煮びたし　みそ汁	米粉パン豆乳浸し　大根スープ	ミルク
7	土	納豆がゆ　キャベツのお浸し　すまし汁	おじや　みそ汁	ミルク
9	月	そぼろがゆ　わかめ煮　野菜のスープ	パンがゆ　豆乳スープ	ミルク
10	火	ミートうどん　ブロッコリーだし煮　ポテトスープ	味噌蒸しパン豆乳浸し　ブロッコリーのスープ	ミルク
11	水	からいもがゆ(サツマイモ)　鶏肉の煮物　キャベツの柔らか煮　芋の子汁	野菜うどん	ミルク
12	木	米粉ロールパン豆乳浸し　鶏肉のオニオンソース煮　キャベツとツナの煮物 かぼちゃスープ	そぼろがゆ　すまし汁	ミルク
13	金	全がゆ　鮭のみそ煮　おかか煮　すまし汁	かぼちゃがゆ　キャベツのスープ	ミルク
14	土	そぼろがゆ　野菜の柔らか煮　コンソメスープ	ツナパンがゆ　小松菜のスープ	ミルク
17	火	全がゆ　野菜の豆乳煮込み　やさい煮	トマトのお粥　野菜のスープ	ミルク
18	水	米粉ロールパン豆乳浸し　ミートローフのくずし煮　　青菜のお浸し　　マカロニスープ	さつまいもがゆ　豆腐スープ	ミルク
19	木	全がゆ　鶏肉と野菜の煮物　お浸し　オクラスープ	しらすがゆ　麩のスープ	ミルク
20	金	全がゆ　野菜の豆乳煮込み　しゃきしゃき野菜サラダ	鶏がゆ　ポテトスープ	ミルク
21	土	納豆がゆ　キャベツのお浸し　すまし汁	おじや　みそ汁	ミルク
24	火	ミートうどん　ブロッコリーだし煮　ポテトスープ	味噌蒸しパン豆乳浸し　ブロッコリーのスープ	ミルク
25	水	からいもがゆ(サツマイモ)鶏肉の煮物　キャベツの柔らか煮　芋の子汁	野菜うどん	ミルク
26	木	米粉ロールパン豆乳浸し　鶏肉のオニオンソース煮　キャベツとツナの煮物 かぼちゃスープ	そぼろがゆ　すまし汁	ミルク
27	金	ブロッコリーとツナの煮込み　ポトフ　トマトスープ	かぼちゃがゆ　キャベツのスープ	ミルク
28	土	そぼろがゆ　野菜の柔らか煮　コンソメスープ	ツナパンがゆ　小松菜のスープ	ミルク
30	月	全がゆ　野菜の豆乳煮込み　しゃきしゃき野菜サラダ	鶏がゆ　ポテトスープ	ミルク

お月見

旧暦の8月15日は「十五夜」。満月を見ながら、秋の収穫に感謝する日です。別名「中秋の名月」ともいい、これは「秋の真ん中に出る満月」といういみです。旧暦は今の暦とは数え方が違うことから、今年の十五夜は9月17日（火）になります。芋名月ともいわれることから、9月は給食でもお芋を使った料理やおやつを提供する予定です。

秋の味覚を楽しみましょう！

「実りの秋」といわれるように、秋は新米、なす、さんま、りんご、ぶどう、栗、なし、松茸など、美味しい食べ物が出回る季節です。旬の食材を知って味わうことは、食材への興味が増し、味覚形成にも役立ちます。

食育

9月に食育2回目を行います。2回目は変身大豆！大豆が変身すると、どんな食べ物ができるのか皆んなで楽しく学びたいと思います。

9月メニュー

からいもごはん・・・「からいも」は漢字で書くと「唐芋」。「からいも」とは「さつまいも」のことです。鹿児島県の郷土料理で山林や海辺などの荒地でもよく育ち、暖かい鹿児島の風土によく合う食べ物です。

芋のこ汁・・・芋のこ汁とは、里芋を用いて作られる汁料理で、鍋料理としても食されます。岩手や秋田の郷土料理として知られており、東北地方をはじめとする各地で食されています。

※懐かしの郷土料理や、給食でリクエストしてほしい料理などありましたら気軽に声をかけてください！！

2024年 9月 献立表(7～8か月頃) 館第一すぎのこ保育園

日	曜	午前食	午後食	
2	月	全がゆ　栄養たっぷりそぼろ煮　野菜の柔らか煮　みそ汁	米粉蒸しパンがゆ 人参と小松菜のスープ	ミルク
3	火	全がゆ　野菜の豆乳煮　やさい煮	トマトのお粥　野菜のスープ	ミルク
4	水	【お誕生日会】パンがゆ　そぼろ煮　　野菜のやわらか煮 小松菜のスープ	さつまいもがゆ　オニオンスープ	ミルク
5	木	全がゆ　鶏肉と野菜の煮物　お浸し　オクラスープ	しらすがゆ　麩のスープ	ミルク
6	金	全がゆ　白身魚のおろし煮　青菜と人参の煮びたし　みそ汁	パンがゆ　大根スープ	ミルク
7	土	納豆がゆ　キャベツのお浸し　すまし汁	おじや　みそ汁	ミルク
9	月	そぼろがゆ　わかめ煮　野菜のスープ	パンがゆ　豆乳スープ	ミルク
10	火	洋風うどん　ブロッコリーだし煮　ポテトスープ	味噌蒸しパンがゆ　ブロッコリーのスープ	ミルク
11	水	からいもがゆ(サツマイモ)　鶏肉の煮物　キャベツの柔らか煮　芋の子汁	野菜うどん	ミルク
12	木	パンがゆ　鶏肉のオニオンソース煮　キャベツとツナの煮物 かぼちゃスープ	そぼろがゆ　すまし汁	ミルク
13	金	全がゆ　鮭のみそ煮　おかか煮　すまし汁	かぼちゃがゆ　キャベツのスープ	ミルク
14	土	そぼろがゆ　野菜の柔らか煮　コンソメスープ	パンがゆ　小松菜のスープ	ミルク
17	火	全がゆ　野菜の豆乳煮　やさい煮	トマトのお粥　野菜のスープ	ミルク
18	水	パンがゆ　豆腐と野菜のそぼろ煮　　青菜のお浸し　　小松菜のスープ	さつまいもがゆ　豆腐スープ	ミルク
19	木	全がゆ　鶏肉と野菜の煮物　お浸し　オクラスープ	しらすがゆ　麩のスープ	ミルク
20	金	全がゆ　野菜の豆乳煮　野菜と麩の煮物	鶏がゆ　ポテトスープ	ミルク
21	土	納豆がゆ　キャベツのお浸し　すまし汁	おじや　みそ汁	ミルク
24	火	洋風うどん　ブロッコリーだし煮　ポテトスープ	味噌蒸しパンがゆ　ブロッコリーのスープ	ミルク
25	水	からいもがゆ(サツマイモ)鶏肉の煮物　キャベツの柔らか煮　芋の子汁	野菜うどん	ミルク
26	木	パンがゆ　鶏肉のオニオンソース煮　キャベツとツナの煮物 かぼちゃスープ	そぼろがゆ　すまし汁	ミルク
27	金	ブロッコリーとツナの煮込みうどん　ポトフ　トマトスープ	かぼちゃがゆ　キャベツのスープ	ミルク
28	土	そぼろがゆ　野菜の柔らか煮　コンソメスープ	パンがゆ　小松菜のスープ	ミルク
30	月	全がゆ　野菜の豆乳煮　野菜と麩の煮物	鶏がゆ　ポテトスープ	ミルク

お月見

旧暦の8月15日は「十五夜」。満月を見ながら、秋の収穫に感謝する日です。別名「中秋の名月」ともいい、これは「秋の真ん中に出る満月」といういみです。旧暦は今の暦とは数え方が違うことから、今年の十五夜は9月17日（火）になります。芋名月ともいわれることから、9月は給食でもお芋を使った料理やおやつを提供する予定です。

秋の味覚を楽しみましょう！

「実りの秋」といわれるように、秋は新米、なす、さんま、りんご、ぶどう、栗、なし、松茸など、美味しい食べ物が出回る季節です。旬の食材を知って味わうことは、食材への興味が増し、味覚形成にも役立ちます。

食育

9月に食育2回目を行います。2回目は変身大豆！大豆が変身すると、どんな食べ物ができるのか皆んなで楽しく学びたいと思います。

9月メニュー

からいもごはん・・・「からいも」は漢字で書くと「唐芋」。「からいも」とは「さつまいも」のことです。鹿児島県の郷土料理で山林や海辺などの荒地でもよく育ち、暖かい鹿児島の風土によく合う食べ物です。

芋のこ汁・・・芋のこ汁とは、里芋を用いて作られる汁料理で、鍋料理としても食されます。岩手や秋田の郷土料理として知られており、東北地方をはじめとする各地で食されています。

※懐かしの郷土料理や、給食でリクエストしてほしい料理などありましたら気軽に声をかけてください！！