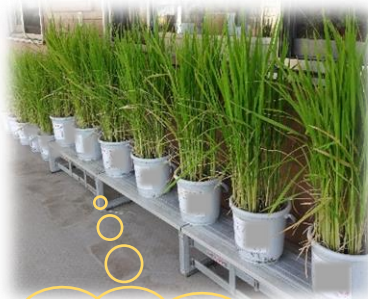
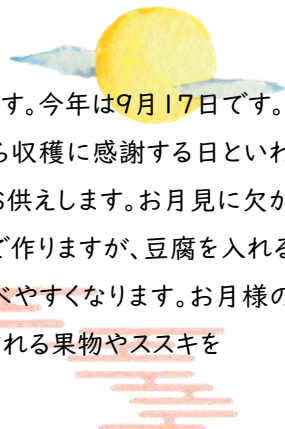


# 9月給食だより

秋といえば『食欲の秋』です。諸説ありますが、秋になると夏と比べ気温が低くなり、身体が体温を維持しようとして、基礎代謝量が増加するので、エネルギーを蓄える必要があり、食欲が増すと言われています。また、単純に夏バテがなくなり食欲が回復するという説もあります。食べ物が美味しい季節ですがくれぐれも食べすぎには気をつけましょうね！

## 中秋の名月「お月見」

中秋の名月を「十五夜」ともいいます。今年は9月17日です。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、十五夜には、15個のお団子をお供えます。お月見に欠かせないお団子は、白玉粉や上新粉で作りますが、豆腐を入れるとなめらかになり、子どもたちも食べやすくなります。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しょう。



さくら組🌸バケツ稲

ぐんぐん生長してますよ♪

## 誕生会 12日

- ・おにぎり
- ・ハンバーグ
- ・ポテト
- ・ブロッコリーとトマト
- ・スパゲティサラダ
- ・季節の果物
- ・ぶどうゼリー

## 弁当の日 26日



8月誕生会メニュー

曜	日	献立名	3時のおやつ	未満児追加
月	5	ごはん ポークソテーの和風ソース	牛乳	牛乳
		添え野菜(きゃべつ・にんじん・トマト)	焼き芋	せんべい
		もずくのすまし汁		
火	10	パン 魚のマヨネーズ焼き	牛乳	ヨーグルト
		ほうれん草ともやしのごま和え(炒り卵入)	梨	
	24	ベーコンチャウダー	クラッカー	
水	11	ごはん 筑前煮	お茶	牛乳
		きゅうりのおかか和え	おはぎ	バナナ
	25	玉ねぎのみそ汁		
木	12	誕生会	牛乳	牛乳
		お菓子	卵ボーロ	
	26	弁当の日		
金	13	ごはん プルコギ	牛乳	牛乳
		なすのみそ汁	パインケーキ	ビスケット
	27			
土	14	スパゲッティミートソース	牛乳	牛乳
		たまごスープ	みかん	チーズ
	28		せんべい	
月	2	ごはん 里芋の煮ころがし	牛乳	牛乳
		かみかみサラダ	ホットケーキ	丸ボーロ
		もやしのみそ汁		
火	3	ごはん チキン南蛮	牛乳	ヨーグルト
		添え野菜(レタス・きゅうり・トマト)	かりかりいりこ	
	17	野菜スープ		
水	4	ごはん 牛肉とごぼうの炒め煮	お茶	牛乳
		白菜とりんごのサラダ	マカロニのあべかわ	ビスコ
	18	小松菜のみそ汁		
木	5	ごはん 三色揚げ	お茶	牛乳
		添え野菜(キャベツ・にんじん)	ヨーグルト	せんべい
	19	かぼちゃのみそ汁	バナナ	
金	6	ごはん 鮭のみそバター焼き	牛乳	ヨーグルト
		こぎつねサラダ	クラッシュゼリー	
	20	中華スープ(かきたま風)	クラッカー	
土	7	ごはん マーボーなす	牛乳	牛乳
		豆腐のみそ汁	バームクーヘン	せんべい
	21			

★ 献立は変更になることもあります。

★ 離乳食はその日の献立に応じて作っています。