9月 給食だより

令和5年9月　波島保育園

日中はまだまだ暑い日が続きますが、朝夕の風に秋の気配が感じられるようになりました。 夏の疲れが出やすいこの時期、食事をしっかりとって、夜は早めに布団へ入り、睡眠をたっぷりとっていきましょう。

14日　誕生会　　ハンバーガー
フライドポテト
スパゲッティサラダ
野菜スープ　　みかん

28日　弁当の日（全園児）

ひよこ組（0歳）さんの食器の紹介

離乳食（中期～後期）の始まった、かわいいお口には、シリコン素材の柔らかいスプーンを使用しています。

1歳をめどに、離乳食から幼児食に移行します。同時に、スプーンもステンレス製のスプーンへと変わります。長いスプーンをは介助用として。そして、短いスプーンは子どもたち用です。

まだ、ひとりで上手に食べ物を口に運べませんが、スプーンに慣らしていくと同時に、自ら口に運んで食べるという意欲を育てていきます。

秋の味覚

9月に入ると秋の味覚も楽しみになってきます。

今月の給食にも、梨やみかん、さつま芋や里芋などが登場します。旬の食材には、免疫力の強化パワーが満点！なので、積極的に取りたいですね。

日	曜	副食	おやつ	未満児朝のおやつ	離乳食
1		牛肉とキャベツのプルコギ	牛乳	牛乳	白かゆ
15	金	エノキのスープ	パインケーキ	ビスケット	鶏肉のうま煮
29		オレンジ			野菜スープ
2		スパゲッティミートソース	牛乳	牛乳	白かゆ
16	土	たまごスープ	バームクーヘン	せんべい	スープスパゲッティ
30		みかん			
		里芋の煮っころがし	牛乳	牛乳	白かゆ
4	月	かみかみサラダ	マカロニあべかわ	チーズ	里芋柔らか煮物
		もやしのみそ汁			みそ汁
5		チキン南蛮	牛乳		白かゆ
・	火	添え野菜（レタス・きゅうり・トマト	バナナ	ヨーグルト	根菜と鶏肉の煮物
19		野菜スープ	かりかりいりこ		みそ汁
6		牛肉とごぼうの炒め煮	牛乳	牛乳	白かゆ
・	水	白菜とりんごのサラダ	ホットケーキ	せんべい	チキンの甘煮
20		小松菜のみそ汁			かぼちゃのスープ
7		三色揚げ	お茶	牛乳	白かゆ
・	木	添え野菜（キャベツ・人参）	カップヨーグルト	バナナ	さつま芋甘煮
21		かぼちゃみそ汁	クッキー		みそ汁
8		鮭のみそバター焼き	牛乳	牛乳	白かゆ
・	金	こぎつねサラダ	フルーツゼリー	ビスコ	じゃがいもおやき
22		中華スープ			みそ汁
9	土	マーボーなす	牛乳	牛乳	白かゆ
		豆腐のみそ汁	ミニパン	あられ	豆腐そぼろ煮
		オレンジ			野菜スープ
11		ポークソテーの和風ソース	牛乳	牛乳	白かゆ
・	月	添え野菜（キャベ・人参・トマト）	焼き芋	チーズ	鶏ささ身と野菜の煮物
25		大根のみそ汁			みそ汁
12		魚のマヨネーズ焼き	牛乳		白かゆ
・	火	ほうれん草ともやしのごま和え	梨	ヨーグルト	魚の甘煮
26		ベーコンチャウダー			すまし汁
13		筑前煮	お茶	牛乳	白かゆ
・	水	きゅうりのおかか和え	おはぎ	バナナ	野菜の炊き合わせ
27		玉ねぎのみそ汁			野菜スープ
14	木	誕生会			

※行事などで献立がかわることがあります。