



給食だより



厳しい暑さもひと段落。朝夕に風に
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、まずは体を
ゆっくり休めることが大切です。
夜は早目に布団に入り、睡眠をたっぷり
とりましょう。

誕生会メニュー

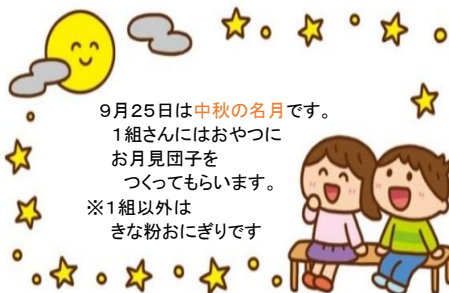
9月 18日 (金)

ドライカレー
マカロニサラダ
さつま汁 梨
おやつ
アイスクリーム



水分補給のポイント

子どもは大人よりも身体の水分量の割合が多いため、脱水症状を起こしやすいです。運動後、入浴後、汗をかく前後、子どもが欲しがる時が水分補給のタイミング。特に汗をたくさんかく季節は、こまめに水分を与えるよう心がけましょう。飲ませるものは、麦茶、湯冷まし、母乳、ミルクが良いです(生後3か月くらいまでは母乳、ミルクで十分)。脱水が疑われる場合は、乳幼児用のイオン飲料を上手に使いましょう。



9月25日は**中秋の名月**です。
1組さんにはおやつに
お月見団子を
つくってもらいます。
※1組以外は
きな粉おにぎりで

※今月は食中毒予防の為
お弁当の日はありません。

	献立名	3時のおやつ	未満児追加
14・28 月	ごはん ポークソテーの和風ソース 添)レタス・トマト もずくのすまし汁	⑭お茶 ヨーグルト ⑳牛乳 ふかし芋	牛乳 もも缶
1・15 火	ごはん 魚のマヨネーズ焼き ほうれん草ともやしのごま和え 豆乳スープ	牛乳 梨	ヨーグルト
2・16 水	ごはん 筑前煮 きゅうりのおかか和え 玉ねぎのみそ汁	お茶 おはぎ	牛乳 バナナ
3・17 木	ごはん チキン南蛮 添)きやべつ・きゅうり・トマト なすのみそ汁	牛乳 バナナ	牛乳 卵ボーロ
4 金	ごはん 魚のみそバター焼き 白菜とりんごのサラダ 中華スープ	牛乳 パインケーキ	牛乳 コーンフレーク
5・19 土	スパゲッティミートソース たまごスープ	牛乳 みかん (オレンジ)	牛乳 お菓子
7 月	ごはん 里芋の煮ころがし かみかみサラダ もやしのみそ汁	牛乳 お豆ちゃんケーキ	牛乳 ビスコ
8・29 火	ごはん 白身魚のチーズフライ トマトの甘酢づけ えのきのスープ	牛乳 フルーツゼリー	ヨーグルト
9・30 水	ごはん 牛肉とごぼうの炒め煮 こぎつねサラダ わかめのみそ汁	牛乳 ポップコーン (プリン)	牛乳 卵ボーロ
10・24 木	ごはん 三色揚げ キャベツとにんじんのサラダ かぼちゃのみそ汁	お茶 バナナヨーグルト	牛乳 コーンフレーク
11・25 金	ごはん ハヤシライス ひじきの洋風サラダ	牛乳 ⑪かりかりいりこ ⑮きなこおにぎり	牛乳 ヨーグルト
12・26 土	ごはん マーボーなす 豆腐のみそ汁	牛乳 バームクーヘン	牛乳 せんべい

※献立は変更になる事があります。離乳食は献立に応じて作っています。