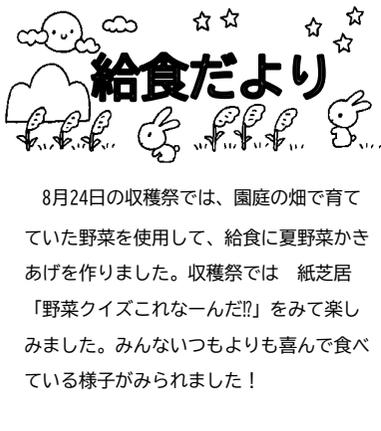


9月予定献立表

| 日 | 曜日 | 全 児 童 | | | 3歳未満児 | 日 | 曜日 | 全 児 童 | | | 3歳未満児 | | |
|----|----|--------------------|----------------------|---------------|-------------------|----|----|-------|---|------------------------------------|---------------|---------------|----|
| | | 昼食 | | 3時おやつ | | | | 昼食 | | 3時おやつ | | 10時おやつ | |
| 1 | 金 | ごはん おかかあえ | いり豆腐 くだもの | みそ汁(かぶ・わかめ) | 牛乳 お好み焼き | 牛乳 | 15 | 金 | ごはん 小松菜のなめたけあえ くだもの | すり身ハンバーグ みそ汁(南瓜・油揚げ・ねぎ) | 牛乳 揚げパン | 牛乳 | |
| 2 | 土 | カレーうどん あえもの | くだもの | | 牛乳 お菓子 | 牛乳 | 16 | 土 | スパゲティミートソース チーズ くだもの | コンソメスープ | 牛乳 お菓子 | 牛乳 | |
| 4 | 月 | ごはん 炒り卵あえ | 鶏肉のごまみそ焼き くだもの | みそ汁(豆腐・なめこ) | 牛乳 ふかしいも | 牛乳 | 19 | 火 | 食パン コールスローサラダ | はんぺんフライ キャロットスープ くだもの | 牛乳 アップルケーキ | 牛乳 | |
| 5 | 火 | 食パン ブロッコリーサラダ | ハンバーグ くだもの | 小松菜スープ | ソーメン汁 | 牛乳 | 20 | 水 | ※遠足のためお弁当の準備をお願いします。 | | | 牛乳 フライドポテト | 牛乳 |
| 6 | 水 | 親子丼 チンゲン菜のあえもの | みそ汁(しめじ・わかめ) くだもの | | 牛乳 ボンデケーキ | 牛乳 | 21 | 木 | ごはん 五目きんぴら | ほっけの照り焼き みそ汁(ほうれん草・玉ねぎ) くだもの | 牛乳 ピザトースト | 牛乳 | |
| 7 | 木 | ごはん 生揚げと大根炒め煮 | ほっけの塩焼き くだもの | みそ汁(白菜・ほうれん草) | アイス | 牛乳 | 22 | 金 | ごはん 磯香あえ | マーボー豆腐 白菜と卵のスープ くだもの | 牛乳 フルーツ寒天 | 牛乳 | |
| 8 | 金 | ごはん 納豆あえ | ひき肉入り卵焼き くだもの | 豚汁 | 牛乳 ココアホットケーキ | 牛乳 | 25 | 月 | ●たいようべんとう(2色おにぎり からあげ たまごやき ウインナー ブロッコリー ミニトマト くだもの) | | | 牛乳 ステックパイ | 牛乳 |
| 9 | 土 | みそ野菜ラーメン 枝豆 | くだもの | | 牛乳 お菓子 | 牛乳 | 26 | 火 | レーズンパン ポテトサラダ | 豆腐入りナゲット きのこのスープ くだもの | 牛乳 わかめおにぎり | 牛乳 | |
| 11 | 月 | ごはん キャベツの中華あえ | かみなり豆腐 くだもの | みそ汁(えのき・白菜) | 牛乳 じゃがバター | 牛乳 | 27 | 水 | ごはん おかかあえ | 鶏肉のさっぱり焼き すりみ汁 くだもの | 牛乳 きなこ蒸しパン | 牛乳 | |
| 12 | 火 | バターロール ごまマヨサラダ | さばのパーベキューソース くだもの | わかめスープ | 牛乳 かつおと昆布おにぎり | 牛乳 | 28 | 木 | ごはん 大豆とひじきの煮物 | 鮭の秋色焼き みそ汁(チンゲン菜・油揚げ) くだもの | 牛乳 二色サンド | 牛乳 | |
| 13 | 水 | ごはん もやしをあえもの | チキンチキンごぼう くだもの | みそ汁(チゲン菜・玉ねぎ) | 牛乳 フルーツヨーグルト | 牛乳 | 29 | 金 | 【誕生会】 フライドポテト | チーズバーガー かぼちゃのスープ くだもの | 牛乳 ロールケーキ | 牛乳 | |
| 14 | 木 | 秋野菜カレーライス 大根サラダ | ほうれん草のスープ くだもの | | 牛乳 コーンフレッククッキー | 牛乳 | 30 | 土 | やきそば チーズ | 小松菜と卵のスープ くだもの | 牛乳 お菓子 | 牛乳 | |

給食だより

8月24日の収穫祭では、園庭の畑で育てていた野菜を使用して、給食に夏野菜かきあげを作りました。収穫祭では 紙芝居「野菜クイズこれなーんだ!」をみて楽しみました。みんないつもよりも喜んで食べている様子がみられました!



非常食の備えはできていますか?

秋の気配が感じられる季節になりました。9月は暑さはやわらぎますが、朝晩の寒暖差激しくなり、暑かった夏の疲れが出て体調を崩しやすくなります。ご家庭でも早寝早起きをし、1日3食をきちんと食べ生活リズムを整えましょう。

9月1日は、災害への認識を深め、備えを確認する「防災の日」です。関東大震災が起きた日であり、台風が多いとされる二百十日から制定されました。

準備するといもの
 飲料水(1人1日3L×3日分)・3日分の非常食・医薬品・懐中電灯・携帯ラジオ・予備の電池・カセットコンロ・ガスボンベ・貴重品(現金・身分証明書・通帳、印鑑、保険証ほか)

こども園では、10月の避難訓練の日に非常食を食べる予定です。



旭川のくだもの

8月、9月はあさひかわ食育推進月間です。旭川ではたくさん種類のくだものが栽培されています。りんご、なし、ぶどう、プルーンなど市内にある果樹園や直売所で購入することができます。収穫時には”くだもの狩り”が出来るところもありますので、機会があればぜひ地元の新鮮で美味しいくだものを味わってみてください。

※旭川市農業振興局HPには【あさひかわくだものもぎとりカレンダー】【あさひかわ果樹園マップ】等の情報が掲載されています。

