

9月給食だより

社会福祉法人ほほえみ福祉会 吉田こども園 H28・9月



曜日	月	火	水	木	金	土
日				1	2	3
汁				5分づきご飯・お茶 豆腐のくずし汁	★5分づきご飯・お茶 なすの味噌汁	親子丼・お茶 みょうがの味噌汁
主菜				なすの味噌煮	魚の塩焼き・漬物	みょうがの味噌汁
副菜				きゅうりの酢の物	納豆和え	そうめん瓜の酢の物
おやつ	午前(もち、ちゅーりっぷ、つくし組)			ころころおむすび	焼き南瓜	ころころおむすび
	午後			ゆかりおむすび	寿司おむすび	冷やしぜんざい
日	5	6	7	8	9	10
汁	5分づきご飯・お茶 なめこ汁	5分づきご飯・お茶 冬瓜の味噌汁	5分づきご飯・お茶 はすいもの味噌汁	梅じゃこご飯・お茶 そうめん汁	5分づきご飯・お茶 じゃが芋の味噌汁	そぼろ丼 南瓜の味噌汁
主菜	豆腐のあんかけ・漬物	なすと鶏肉の甘酢あんかけ	魚のごま焼き	ひじきと大豆の煮物	魚の南蛮漬け	焼きなす
副菜	切干大根の煮物	南瓜の煮物	白和え・漬物	鶏肉ときゅうりの和え物	野菜炒め	
おやつ	午前(もち、ちゅーりっぷ、つくし組)					
	午後					
日	12	13	14	15	16	17
汁	5分づきご飯・お茶 かき玉汁	ちらし寿司 豆腐のすまし汁	5分づきご飯・お茶 きのこの味噌汁	5分づきご飯・お茶 豆腐のくずし汁	5分づきご飯・お茶 なすの味噌汁	親子丼 みょうがの味噌汁
主菜	豆腐の味噌煮	魚の照り焼き	肉じゃが	なすの味噌煮	魚の竜田揚げ・漬物	みょうがの味噌汁
副菜	ひじきの酢の物	カラフルじゃこピーマン	冷奴・トマト	きゅうりの酢の物	きゅうりといかのごま酢和え	そうめん瓜の酢の物
おやつ	午前(もち、ちゅーりっぷ、つくし組)					
	午後					
日	19	20	21	22	23	24
汁		5分づきご飯・お茶 冬瓜の味噌汁	5分づきご飯・お茶 はすいもの味噌汁		5分づきご飯・お茶 じゃが芋の味噌汁	さわらご飯 いわしのつみれ汁
主菜	敬老の日	なすと魚の甘酢あんかけ	魚のごま焼き	秋分の日	鶏肉の梅焼き	さんまの竜田揚げ
副菜		南瓜の煮物	白和え・漬物		野菜炒め	わかめの酢の物
おやつ	午前(もち、ちゅーりっぷ、つくし組)					
	午後					
日	26	27	28	29	30	
汁	5分づきご飯・お茶 なめこ汁	ちらし寿司 豆腐のすまし汁	5分づきご飯・お茶 そうめん汁	梅じゃこご飯・お茶 豆腐のくずし汁	5分づきご飯・お茶 なすの味噌汁	
主菜	豆腐のあんかけ・漬物	魚の照り焼き	肉じゃが	ひじきと大豆の煮物	魚の竜田揚げ・漬物	
副菜	切干大根の煮物	カラフルじゃこピーマン	冷奴・トマト	鶏肉ときゅうりの和え物	ひじきの酢の物	
おやつ	午前(もち、ちゅーりっぷ、つくし組)					
	午後					

7月2日に「～食を営む学び舎カフェ～」と題して、幕内秀夫先生の講演会がありました。今回、給食や食についてのお話をしていただき、私たち調理も勉強になることがたくさんありました！

講演の中で南房総市の給食がいい！と紹介されたので、本を園で購入しました。是非見ていただければと思います！この本の中から「なすと鶏肉の甘酢あんかけ」と「きゅうりといかのごま酢和え」を9月の給食に取り入れています。



7月23日に梅干を漬けました！今年の梅（申年の梅）は縁起がいいそうです！大粒の梅を頂きました。天気が良かったので良く乾き、梅を漬けることができました！遠足の時にみんなで食べましょうね♥



24日（土）は、
さくら組親子対象
お魚料理教室です。

ごはんは5分づき米です。園に精米機があるので使う都度精米しています。

★「お誕生会メニュー」 *都合により献立が変わる場合があります。

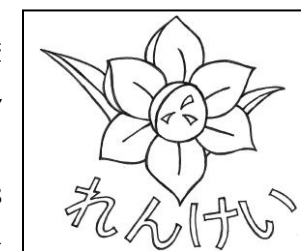
食品添加物に注意しましょう！

まだまだ暑い日が続きますが、子どもたちはプールや外でしっかり遊び、ごはんもたくさん食べてくれて嬉しい毎日です！園の給食はハム、ベーコン、ウィンナーなどの加工品、練り物製品は使わないようにしています。加工食品には防腐剤（腐らないようにする）や、着色剤（美しく見えるよう色をつける）などの添加物が入っています。商品の袋の裏の表示を見るとカタカナの表示がしてあるものは、ほとんどが添加物です。加工食品よりも益田には新鮮な魚や肉、野菜があるので、ぜひ地元の新鮮な食材を選んで食べてほしいと思います。



保小中連携献立について

益田市保育研究会では、25年度より学校給食と連携して保育所から中学校の時期まで一貫した食育の取り組みを実施しています。その取組の一つとしての保小中連携献立で、8・9月の献立は、夏野菜のピーマンを使った「カラフルじゃこピーマン」です。園では13日と27日に登場します。8月にこのメニューを出すと、「おいしい！！」と、おかわりする子もいて好評でした。（※学校は諸事情により、10月上旬に登場します。）



定期的開催している保小中連携会議のロゴを作成しました！益田市の花の水仙です。これは小中学校給食の食器についている絵柄です。