



給食だより



社会福祉法人ほほえみ福祉会 吉田こども園 H29・9月

クッキング

カマドの日には、かまどでご飯を炊くだけでなく、旬の野菜を使ったクッキングをしたりします！



この日は、ピーマンを使って野菜炒めを作りました♪



16日(土)は、**さくら組親子対象お魚料理教室**です！

曜日	月	火	水	木	金	土
日					1	2
主食・飲物					5分づきご飯・麦茶	5分づきご飯・麦茶
汁					はすいもの味噌汁	なすの味噌汁
主菜					魚の塩焼き	豆腐の味噌煮
副菜					納豆和え	きゅうりの酢の物
おやつ					南瓜の煮物	ころころおむすび
午前					梅こぶおむすび	季節の果物
午後						
日	4	5	6	7	8	9
主食・飲物	5分づきご飯・麦茶	5分づきご飯・麦茶	★さわらご飯・麦茶	5分づきご飯・麦茶	5分づきご飯・麦茶	親子丼
汁	なめこの味噌汁	南瓜の味噌汁	わかめのすまし汁	玉ねぎの味噌汁	冬瓜の味噌汁	豆腐のくずし汁
主菜	魚の照り焼き	あじの甘酢だれ	なすと豚肉の味噌煮	肉じゃが	五目豆	野菜炒め
副菜	そうめん瓜の酢の物	切り干し大根の煮物	もやしの酢の物	トマトの和え物	きゅうりとささみの和え物	
おやつ						煮干せんべい
午前	ころころおむすび	冷やしトマト	ころころおむすび	冷奴	ころころおむすび	のりおむすび
午後	寿司おむすび	茶むすび	ういろ	きな粉おむすび	焼きじゃが	
日	11	12	13	14	15	16
主食・飲物	5分づきご飯・麦茶	5分づきご飯・麦茶	5分づきご飯・麦茶	5分づきご飯・麦茶	5分づきご飯・麦茶	鯛めし
汁	じゃがいもの味噌汁	かき玉汁	えのきの味噌汁	豆腐の味噌汁	はすいもの味噌汁	さわらのすまし汁
主菜	豆腐の味噌煮	魚のごまみそ焼き	鶏のくわ焼き	高野豆腐の揚げ煮	魚の塩焼き	さんまの竜田揚げ
副菜	ひじきの酢の物	きゅうりの梅あえ	かぶじゃこピーマン	わかめの酢の物	納豆和え	いかじゃが煮
おやつ						ころころおむすび
午前	ころころおむすび	煮豆	焼きじゃが	ころころおむすび	南瓜の煮物	季節の果物
午後	いなりおむすび	炊き込みおむすび	かりかりせんべい	梅こぶおむすび	きな粉団子	
日	18	19	20	21	22	23
主食・飲物	ホリデー		5分づきご飯・麦茶	さわらご飯・麦茶	5分づきご飯・麦茶	5分づきご飯・麦茶
汁	ホリデー		なめこの味噌汁	わかめのすまし汁	玉ねぎの味噌汁	冬瓜の味噌汁
主菜	ホリデー		魚の照り焼き	なすと豚肉の味噌煮	肉じゃが	五目豆
副菜	ホリデー		そうめん瓜の酢の物	もやしの酢の物	とまとの和え物	きゅうりとささみの和え物
おやつ						
午前	ホリデー		冷やしとまと	ころころおむすび	冷奴	ころころおむすび
午後	ホリデー		茶むすび	ういろ	きな粉おむすび	焼きじゃが
日	25	26	27	28	29	30
主食・飲物	5分づきご飯・麦茶	5分づきご飯・麦茶	5分づきご飯・麦茶	5分づきご飯・麦茶	5分づきご飯・麦茶	親子丼
汁	かき玉汁	じゃがいもの味噌汁	えのきの味噌汁	豆腐の味噌汁	はすいもの味噌汁	豆腐のくずし汁
主菜	魚のごまみそ焼き	豆腐の味噌煮	鶏のくわ焼き	高野豆腐の揚げ煮	魚の塩焼き	野菜炒め
副菜	きゅうりの梅和え	ひじきの酢の物	かぶじゃこピーマン	わかめの酢の物	納豆和え	
おやつ						煮干せんべい
午前	ころころおむすび	煮豆	ころころおむすび	焼きじゃが	ころころおむすび	のりおむすび
午後	寿司おむすび	炊き込みおむすび	かりかりせんべい	梅こぶおむすび	みたらし団子	

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。

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しています。その取り組みの一つとしての保小中連携献立を、今年度も引き続き実施していきたいと思ひます。

今年度より、新たな取り組みとして9月から魚を取り入れた献立を実施していきたいと思ひます。第1回目は益田近海で獲れたあじを使った「あじの甘酢だれ」です。

