



給食だより



社会福祉法人暁ほほえみ福祉会 吉田こども園 2019・9月

クッキング

この日はカマドの日でしたが雨が降っていたのでさくら組が、みんなのランチルームでクッキングをしました！上手に包丁を使って、味噌汁・きゅうりの漬物・揚げじゃがを作りました♪

曜日	月	火	水	木	金	土
日	2	3	4	5	6	7
汁	5分つきごはん・麦茶 なすの味噌汁	5ぶつきごはん・麦茶 なめこの味噌汁	5ぶつきごはん・麦茶 南瓜の味噌汁	しそごはん・麦茶 豆腐のすまし汁	5分つきごはん・麦茶 厚揚げの味噌汁	お魚料理教室 (何がたべれるか お楽しみ！)
主菜	豆腐の味噌煮	肉じゃが	魚の竜田揚げ	なすと豚肉の味噌煮	魚の照り焼き	
副菜	きゅうりの酢の物	そうめんうりの酢の物	切干大根の煮物	もやしの酢の物	トマトの和え物	
午前(もも、ちゅーりっぷ、つくし組)	焼きじゃが	ころころおむすび	冷しトマト	ころころおむすび	冷奴	
午後	季節の果物	寿司おむすび	茶むすび	ういろ	きな粉おむすび	
日	9	10	11	12	13	14
汁	5ぶつきごはん・麦茶 じゃがいもの味噌汁	5ぶつきごはん・麦茶 かきたま汁	5分つきごはん・麦茶 えのきの味噌汁	5分つきごはん・麦茶 豆腐の味噌汁	5分つきごはん・麦茶 さつま芋の味噌汁	5分つきごはん・麦茶 なすの味噌汁
主菜	高野豆腐の揚げ煮	魚のごまみそ焼き	鶏のくわ焼き	松風焼き	魚の塩焼き	豆腐の味噌煮
副菜	おかかあえ	きゅうりの梅和え	夏野菜の酢の物	わかめの酢の物	納豆和え	厚揚げときゅうりのごま和え
午前(もも、ちゅーりっぷ、つくし組)	ころころおむすび	豆の甘煮	焼きじゃが	ころころおむすび	かぼちゃの煮物	焼きじゃが
午後	のりおむすび	炊き込みおむすび	ひじきおむすび	梅こぶおむすび	お月見団子	季節の果物・ころころおむすび
日	16	17	18	19	20	21
汁	敬老の日		5分つきごはん・麦茶 なめこの味噌汁	梅じゃこごはん・麦茶 豆腐のすまし汁	5分つきごはん・麦茶 玉ねぎの味噌汁	5分つきごはん・麦茶 冬瓜の味噌汁
主菜			魚の照り焼き	なすと豚肉の味噌煮	肉じゃが	ひじき入り厚焼き卵
副菜			そうめんうりの酢の物	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
午前(もも、ちゅーりっぷ、つくし組)			冷しトマト	ころころおむすび	冷奴	ころころおむすび
午後			茶むすび	ういろ	きな粉おむすび	おはぎ
日	23	24	25	26	27	28
汁	秋分の日		5分つきごはん・麦茶 じゃがいもの味噌汁	★5ぶつきごはん・麦茶 なすの味噌汁	5分つきごはん・麦茶 えのきの味噌汁	5分つきごはん・麦茶 さつま芋の味噌汁
主菜			魚のごまみそ焼き	鶏の南蛮漬け	松風焼き	魚の塩焼き
副菜			夏野菜の酢の物	ひじき大豆の煮物	わかめの酢の物	納豆和え
午前(もも、ちゅーりっぷ、つくし組)			ころころおむすび	焼きじゃが	ころころおむすび	ころころおむすび
午後			ばくだんおむすび	ひじきおむすび	梅こぶおむすび	炊き込みおむすび
日	30					
汁	5分つきごはん・麦茶 そうめん汁					
主菜	ひじき入り厚焼き卵					
副菜	きゅうりとささみの和え物					
午前(もも、ちゅーりっぷ、つくし組)	ころころおむすび					
午後	焼き芋					

ごはんは5分つき米です。園に精米機があるので使う都度精米しています。

*都合により献立が変わる場合があります。

9月が旬の野菜

南瓜、茄子、さといも
れんこん、栗、松茸
モロヘイヤ、チンゲン菜

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。その取り組みの一つとして保小中連携献立で、9月の献立は、「魚の竜田揚げ・夏野菜の酢の物」です。保育所では4日、11日、24日に登場します。

