



がっこんだてひょう
9月献立表

2019/9/1 聖隷こども園こうのとり豊田

日付	曜	行事	献立名	おやつ		幼児		乳児	
				乳児10時	乳幼児3時	エネルギー	脂質	エネルギー	脂質
						たんぱく質	塩分	たんぱく質	塩分
2	げ		ごはん 魚の塩焼き みそ汁(豆腐・しめじ) パナナ お茶	豆乳 ウエハース	お茶 ヨーグルト・せんべい	489	8.1	457	10.9
3	か		レーズンパン ひじき入りつくねバーグ オニオンスープ メロン	ほうれん草ソーテー グラッセ バナナ	お茶 お茶 さつま芋入りおはぎ	587	17.0	506	13.8
4	水		ごはん 鶏肉の照り焼き みそ汁(ポテト・玉ねぎ) オレンジ お茶	れんこんサラダ チーズ	お茶 バナナ・小魚	524	11.8	468	15.0
5	木		ごま五目ラーメン ぶどう お茶	竹輪天 ミニトマト	お茶 ヨーグルト	650	25.1	564	22.2
6	金		ごはん 五目煎焼き みそ汁(青菜・麩) りんご お茶	パンサンスウ クラッカー	バナナ カステラ	622	17.5	514	15.8
7	土		三色丼 具だくさん汁 フルーツ お茶	お茶 お菓子	お茶 お菓子	393	6.0	342	6.9
9	げ		合同防災訓練	非常食体験	クラッカー				
10	か		バターパン 魚のフライ入参ソース 野菜スープ(キャベツ・コーン)	胡瓜ともやしのナムル ぶどう	ミニトマト プリン	560	26.0	568	28.0
11	水		わかめごはん 厚揚げのバター醤油焼き みそ汁(豆腐・麩) パナナ お茶	れんこんのおかか煮	お茶 チーズ	666	20.0	580	21.5
12	木		冷やしうどん コーンポテトサラダ オレンジ お茶	枝豆	ヨーグルト	612	13.7	533	13.0
13	金	おじいちゃん おばあちゃんの薬い	お豆ご飯 魚の味噌煮 すまし汁(人参・小松菜) パイン お茶	青菜の胡麻和え	お菓子 お菓子	585	18.7	546	18.4
14	土		ピザトースト 野菜スープ ヨーグルト フルーツ お茶	お茶 お菓子	お茶 お菓子	282	5.8	282	8.0
16	月	敬老の日							
17	か		たまごサンド れんこんの甘酢炒め コンソメスープ 巨峰	スティック野菜 牛乳	お茶 パウムクーヘン	563	29.7	566	29.6
18	水		ごはん 11ぴきのねこのコロッケ ニラ玉スープ りんご お茶	ブロッコリー ミニトマト	お茶 お茶	595	16.6	521	18.6
19	木		きのこの秋スパゲティ メロン	金時豆の甘煮 キャベツとオクラの和え物	お茶 豆乳 ヨーグルト	627	19.8	484	16.0
20	金		ごはん 魚のもみじ焼き みそ汁(豆腐・若布) キウイ お茶	南瓜煮 ゆかり和え	お茶 牛乳 バナナ	676	16.3	598	16.1
21	土		焼きそば 始で卵 中華スープ フルーツ お茶	お茶 お菓子	お茶 お菓子	535	16.5	510	17.4
23	げ	秋分の日							
24	か		食パン 魚のガーリックパン粉焼き 南瓜スープ パナナ	野菜炒め 牛乳	お茶 お茶 ビスケット	538	19.3	529	19.8
25	水		変わり餃子ごはん 中華スープ(玉葱・コーン)	ごましお和え 梨 お茶	お茶 牛乳 バナナ	553	15.6	451	12.5
26	木		カレーうどん ツナきゅう オレンジ 牛乳	ミニトマト	お茶 お茶 ヨーグルト	561	15.1	510	14.3
27	金		ごはん 魚の生姜煮 みそ汁(豆腐・揚げ) りんご お茶	即席漬 焼き茄子の甘味和え	お茶 牛乳 牛乳 チーズ	639	14.8	617	20.7
28	土		おにぎり 青菜のソーテー 豚汁 フルーツ お茶	お茶 お菓子	お茶 お菓子	379	4.9	312	5.0
30	月		ごはん 豆腐の真砂揚げ みそ汁(もやし・揚げ) パナナ お茶	金平ごぼう	お茶 牛乳 ウエハース	679	20.6	615	21.6

* 仕入等の都合により、献立を変更する場合があります。ご了承ください。

秋といえば「食欲の秋」。ぜひ親子で一緒に食材に触れる機会をつくってみてはいかがでしょうか？

料理は、コミュニケーションやしつけの機会にもなります。年齢に応じて、できることに取り組みましょう。

幼いうちから、食材の感触やにおい、調理の音、味など、五感を刺激される経験を重ねることで、料理への興味を持ち始めます。

こども園・保育園では、十五夜の近くにはさつま芋入りお月見団子を取り入れました。お家でも親子でさつま芋に触れたり、楽しく生地をこねたり丸めながら、自分で作った物を食べる感動や満足感を感じてみましょう。出来上がったと一緒に月を眺めながら食べるのもいいですね。

【さつま芋入りお月見団子】作りやすい分量

さつま芋・・・1/2本、しらたみ粉・・・50g、豆腐・・・50g、醤油・・・大さじ1、砂糖・・・大さじ1、片栗粉・・・小さじ1、水1/4杯

- ①さつま芋の皮を厚めにむき、水にさらしてゆでます。
- ②竹串がスッと通ったらつぶします。
- ③白玉粉、豆腐を②に混ぜて、耳たぶくらいの柔らかさまで練ります。
- ④2cmくらいのボール状にまるめます。
- ⑤沸騰したお湯に④を入れて茹で、浮いたら冷水にとります。
- ⑥別鍋に醤油、砂糖、片栗粉、水を入れて火にかけてながら混ぜます。とろみがついたら団子にかけていただきます。



18日は絵本のコロッケです！

絵本『11ぴきのねこ』シリーズは読んだことがありますか？
「11ぴきのねことあほうどり」では、11ぴきのねこたちがコロッケ屋を始めます。ねこたちが作るコロッケってどんなの？何が入っているの？子どもたちがわくわくするコロッケを提供したいと思います。当日をお楽しみにしてくださいね！