



★今月のテーマ
残さず食べよう
★今月の目標
食べることで丈夫な体がつくられることを知る

暦の上では秋とはいえ、残暑厳しい日が続いています。暑い夏が終わるのもあと一息！さわやかな秋風を感じられる日が待ち遠しいですね。これからやってくる、実りの秋・スポーツの秋・芸術の秋など、さまざまな秋を満喫できるように、食事や睡眠、生活リズムを整えて夏の疲れを回復させていきましょう。



9月1日は防災の日

地震や大雨など自然災害が起きると、電気やガスなどが使えなくなり、普段どおりの食事をとることができなくなります。地震や水害での経験を忘れず、災害に備えるとともに、好き嫌いをなく何でも食えること、食事や食べられることの大切さを家庭でも話してみましよう。

ご家庭で話してみましよう！

- ◎自分の食事は、残さず何でも食べる
お腹がすいて、食事をおいしく食べるために、規則的な生活リズムを心がけましよう
- ◎慣れない食べ物や苦手な食べ物も、まずはひとくち挑戦してみる
切り方や固さを変えてみる。料理づくりのお手伝いを通して、「食べられた！」「おいしい！」を体験
- ◎何でも食べると体が元気になる！大きくなる！ことを理解する
- ◎食べ物や食事を作ってくれた人に感謝する

本日(8月27日)のメニュー
離乳食は、人参・玉葱・キャベツ・じゃが芋・鶏肉を柔らかく煮てペーストにしたものと、おかゆ。給食は、炒めた玉葱と一緒にオーブンで柔らかく焼いたローストチキンとポテトサラダ、牛乳と野菜の旨味たっぷりのクリームスープでした。すみれ組さんも自分でスプーンを持ち、食べるのが上手になってきました☆時にはこぼしてしまう事もありますが、自分で食べる喜びを感じながらもりもり食べてくれるすみれ組さん♡これからも成長が楽しみです♪



9月の給食献立表

令和7年9月1日発行
田原児童園

	曜日	行事	朝のおやつ (牛乳が付きます)	お昼 (未満児は白御飯が付きます)	おやつ (牛乳が付きます)
1	月		せんべい	鶏のマーマレード焼き マカロニサラダ・わかめスープ	★お芋のケーキ
2	火	身体測定	バナナ	鶏のつくね焼き 野菜ソテー・吸い物	★揚げパン
3	水		スティックパン	魚の照り焼き じゃが芋の金平・味噌汁	★黒糖かりんとう
4	木		ビスケット	オランダ風煮 じゃこ入りサラダ	★ちんすこう
5	金	おにぎりデー	コーンフレーク	チキン南蛮 胡麻和え・ゼリー	★じゃこトースト
6	土		ウエハース	ハヤシカレー バナナ・牛乳	★おにぎり
8	月		せんべい	親子煮 天ぷらと蒟蒻の炒め物	★ソーダ寒
9	火	体育教室	バナナ	魚ロック ソテー・中華スープ	★ジャムサンド
10	水		スティックパン	チキンカレー フレンチサラダ	プリン・せんべい
11	木		ビスケット	八宝菜 春雨のマヨネーズ和え	★果物ゼリー
12	金	秋季彼岸会	コーンフレーク	野菜のかき揚げ 味噌汁	★クッキー
13	土		ウエハース	厚揚げの野菜あんかけ バナナ・牛乳	★おにぎり
15	月	敬老の日			
16	火		バナナ	南瓜の味噌汁 ひじきの煮物・バナナ	★わらび餅
17	水		スティックパン	ハンバーグ カリカリサラダ・野菜スープ	★ラスク
18	木		ビスケット	すり身揚げ 野菜炒め・卵スープ	★パウンドケーキ
19	金	避難訓練	コーンフレーク	ポトフ 焼きビーフン	★オレンジゼリー
20	土		ウエハース	貝沢山味噌汁 バナナ・牛乳	★おにぎり
22	月	熊日童話会	せんべい	ささ身のレモン煮 ピーナッツ和え・中華風コーンスープ	ヨーグルト・ウエハース
23	火	秋分の日			
24	水		スティックパン	肉じゃが 酢の物・手作りふりかけ	★フルーツボンチ
25	木	リトミック教室	ビスケット	魚のカレームニエル ポテトサラダ・コンソメスープ	★きな粉マカロニ
26	金	誕生会	コーンフレーク	鶏の唐揚げ・ナポリタン 粉ふき芋・ゼリー	★ケーキ
27	土		ウエハース	シチュー バナナ・牛乳	★おにぎり
29	月	交通安全教室	せんべい	豚肉の生姜焼き 菜焼き・かき玉汁	★ボールドーナツ
30	火	体育教室	バナナ	魚の煮つけ 南瓜の甘煮・味噌汁	★手作りパン

※ 朝おやつは未満児のみ、以上児の昼食は御飯持参となります。(土曜日と同様)
※ ★印は手作りおやつです。

◎ 以上児は、5日 おにぎりデー、26日 誕生会は、家庭より「おにぎり」をお願いします。

1ヶ月平均栄養素量			
《未満児(主食込み)》		《以上児(主食なし)》	
エネルギー	455 kcal	エネルギー	420 kcal
たんばく質	15.2 g	たんばく質	17.2 g
脂質	15.3 g	脂質	19.1 g

