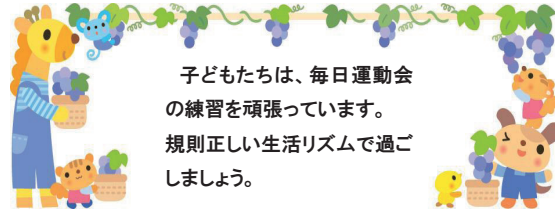


9がつこんだて



平成 27 年 9 月 1 日 山田町第一保育所

かんしゃしてたべよう



子どもたちは、毎日運動会の練習を頑張っています。規則正しい生活リズムで過ごしましょう。

魚を食べましょう

秋サンマなどがおいしい季節です。魚が苦手な子どもでも、醤油味のかばやき風などにすれば食べやすいでしょう。

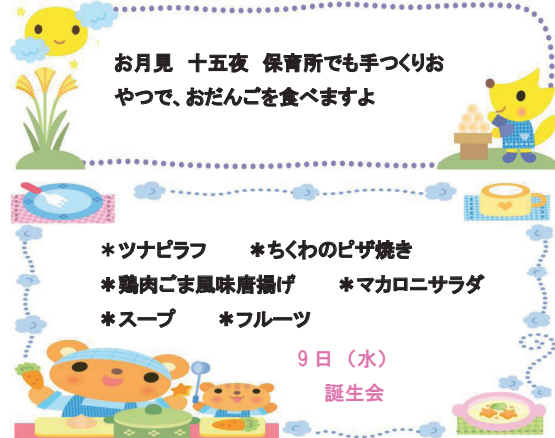
果物を食べましょう

ビタミンCが豊富でおいしい「フルーツ」、爽やかな秋の旬の果物をたくさん食べましょう ナシ、ブドウ、リンゴ、カキ

今月の予定

- 5日 (土) 保育参観・育児講座
- 9日 (水) 誕生会
- 18日 (金) 避難訓練
- 19日 (土) 山田秋まつり (虎舞)
- 26日 (土) 山田町喜寿を祝う会 (虎舞)
- 27日 (日) マリンランドまつり (虎舞)

かみかみメニュー れんこんきんぴら・おしゃぶり昆布・小魚



お月見 十五夜 保育所でも手づくりおやつで、おだんごを食べますよ

- *ツナピラフ *ちくわのピザ焼き
- *鶏肉ごま風味唐揚げ *マカロニサラダ
- *スープ *フルーツ

9日 (水)
誕生会

| 日 | 曜 | 午前おやつ (未満児) | 昼 食 | | 全園児午後のおやつ | 栄養価 | |
|----|---|----------------|---|-------|----------------|-----|-----|
| | | | 全 園 児 | | | 未満児 | 以上児 |
| 1 | 火 | 牛乳・ビスケット | 豚肉のごまだれ焼き・シルバースラダ・粉ふき芋・味噌汁・果物 | | 牛乳・パイ菓子 | 503 | 355 |
| 2 | 水 | 牛乳・バナナ | タラフライタルタルソース・ブロッコリーソテー・もやしのゆかり和え・味噌汁・果物 | | ★オレンジゼリー | 424 | 353 |
| 3 | 木 | フルーツヨーグルト | 鶏肉のさっぱり焼き・キャベツのごまサラダ・浸し和え・味噌汁・果物 | | 牛乳・クッキー | 459 | 364 |
| 4 | 金 | 牛乳・ブリッ | ひじき入り厚焼き卵・れんこんきんぴら・さつま芋のレモン煮・味噌汁・果物 | | 牛乳★フレークファッチ | 561 | 443 |
| 5 | 土 | 牛乳・せんべい | ドライカレー・野菜のスープ・果物 | 保育参観日 | お菓子 | | |
| 6 | 日 | | | | | | |
| 7 | 月 | 牛乳・ジャムサンド | 鮭の西京焼き・じゃが芋のカレー炒め・中華風サラダ・味噌汁・果物 | | 牛乳・えびせん | 408 | 381 |
| 8 | 火 | 牛乳・えびせん | ハンバーグ・シーフードスパゲッティ・トマト・コンソメスープ・果物 | | 牛乳★チョコ蒸しパン | 641 | 499 |
| 9 | 水 | 豆乳・バナナ | 誕 生 会 | | 牛乳・クッキーおしゃぶり昆布 | 653 | 500 |
| 10 | 木 | 牛乳・ビスコ | さばの竜田揚げ・大豆五目煮・ブロッコリーのおかか和え・味噌汁・果物 | | 牛乳★キャロットケーキ | 499 | 360 |
| 11 | 金 | 牛乳・スティックパン | 千草焼・しょうゆフレンチ・さつま芋の天ぷら・味噌汁・果物 | | 牛乳★ゆべし | 617 | 481 |
| 12 | 土 | ヨーグルト | 中華丼・乳酸飲料・ミニゼリー | | お菓子 | | |
| 13 | 日 | | | | | | |
| 14 | 月 | 牛乳・クッキー | 鶏肉の味噌漬け焼き・和風サラダ・トマト・すまし汁・果物 | | ヨーグルト・ウエハース | 468 | 373 |
| 15 | 火 | バナナ豆乳・えびせん | カレーライス・フレンチサラダ・ポイルウインナー・スープ・果物 | | 牛乳★お団子 | 578 | 453 |
| 16 | 水 | 牛乳・ウエハース | タラのパン粉焼き・ビーフソテー・青菜の板かま和え・味噌汁・果物 | | 100%ジュース・クラッカー | 521 | 394 |
| 17 | 木 | フルーツヨーグルト | 松風焼き・大豆サラダ・大学芋・味噌汁・果物 | | 牛乳・バームクーヘン | 543 | 500 |
| 18 | 金 | 牛乳・バナナ | 鮭の照り焼き・ジャーマンポテト・五目納豆・味噌汁・果物 | | 牛乳・ミニパン | 543 | 335 |
| 19 | 土 | 豆乳・えびせん | チキンライス・ミニジュース・果物 | | お菓子 | | |
| 20 | 日 | | | | | | |
| 21 | 月 | | 敬 老 の 日 | | | | |
| 22 | 火 | | 国 民 の 休 日 | | | | |
| 23 | 水 | | 秋 分 の 日 | | | | |
| 24 | 木 | 牛乳・ウエハース | スパニッシュオムレツ・れんこんサラダ・枝豆・味噌汁・果物 | | 牛乳★チーズ蒸しパン | 461 | 354 |
| 25 | 金 | 牛乳ジャムパン | ミートローフ・スパゲッティサラダ・トマト・スープ・果物 | | 牛乳・山田せんべい | 605 | 445 |
| 26 | 土 | 牛乳・ビスケット | クリームシチュー・クロワッサン・果物 | | お菓子 | | |
| 27 | 日 | | | | | | |
| 28 | 月 | 牛乳・ビスコ | スコッチエッグ・三色コールスロー・トマト・味噌汁・果物 | | 牛乳★さつま芋のガレット | 621 | 469 |
| 29 | 火 | 牛乳・バナナ | さんま蒲焼風・ポテトサラダ・ナムル・味噌汁・果物 | | 牛乳★クッキー | 502 | 379 |
| 30 | 水 | 牛乳・おとっと | ローストチキン・スパゲッティソテー・枝豆・スープ・果物 | | 牛乳・えびせん | 462 | 340 |