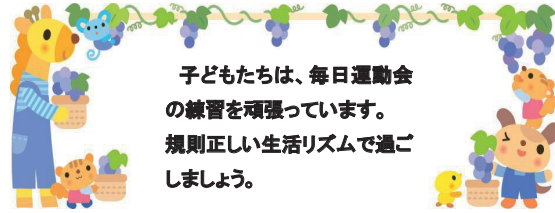


9がつこんだて



平成 28 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。

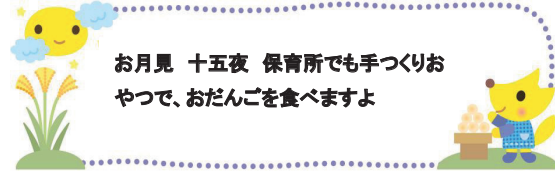
果物を食べましょう

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

- 3日(土) 保育参観・育児講座
- 7日(水) 誕生会・避難訓練
- 15日(水) ボニー触れ合い
- 18日(金) 避難訓練
- 17日(土) 山田秋まつり(虎舞)
- 24日(土) 運動会総練習
- 25日(日) 運動会

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

誕生会7日(水)

- *アンパンマンライス
- *フライドポテト
- *味付きチューリップ
- *マカロニサラダ
- *ミニトマト
- *スープ
- *フルーツ



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	木	牛乳・ビスケット	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		牛乳★キャロットケーキ	443	466
2	金	フルーツゼリー	豚肉のごまだれ焼き・シルバーサラダ・きゅうりの中華和え・味噌汁・果物		牛乳・パームクーヘン	477	536
3	土	牛乳・えびせん	ドライカレー・野菜のスープ・果物	保育参観日	お菓子・麦茶		
4	日						
5	月	牛乳・せんべい	鶏肉のさっぱり焼き・キャベツのごまサラダ・枝豆・味噌汁・果物		ヨーグルト	480	510
6	火	牛乳・ブリッ	シーチキン入り厚焼き卵・れんこんきんぴら・さつま芋のレモン煮・味噌汁・果物		フルーツゼリー	510	520
7	水	牛乳・ジャムサンド	誕 生 会		牛乳★フレークファッチ	641	672
8	木	フルーツヨーグルト	チーズハンバーグ・シーフードスパゲッティー・トマト・コンソメスープ・果物		牛乳★チョコ蒸しパン	503	525
9	金	豆乳・オレンジ	鮭のマヨネーズ焼き・じゃが芋のカレー炒め・中華風サラダ・味噌汁・果物		牛乳・クッキーおしゃぶり昆布	482	523
10	土	牛乳・ビスコ	中華丼・乳酸飲料・ミニゼリー		お菓子・麦茶		
11	日						
12	月	牛乳・とんがりコーン	野菜メンチカツ・しょうゆフレンチ・枝豆・味噌汁・果物		フルーツゼリー	460	485
13	火	牛乳・スティックパン	鶏肉の味噌漬け焼き・和風サラダ・トマト・すまし汁・果物		牛乳★ゆべし	480	520
14	水	牛乳・バナナ	さばの味噌煮・大豆五目煮・ブロッコリーのおかか和え・味噌汁・果物		牛乳★お団子	468	490
15	木	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		ヨーグルト	578	600
16	金	牛乳・動物クッキー	煮魚・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	500	520
17	土	牛乳・せんべい	クリームシチュー・クロワッサン・果物		お菓子・麦茶		
18	日						
19	月		敬 老 の 日				
20	火	豆乳・とんがりコーン	鮭塩焼き・ジャーマンポテト・ごま和え・味噌汁・果物		牛乳・ミニパン	543	555
21	水	牛乳・バナナ	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★ブルーベリーケーキ	510	575
22	木		秋 分 の 日				
23	金	牛乳ミニパン	ミートローフ・スパゲッティーサラダ・トマト・スープ・果物		牛乳★山田せんべい餅	605	615
24	土	牛乳・動物クッキー	アンパンマンぱん・牛乳・ミニゼリー・バナナ	運動会総練習	お菓子・麦茶		
25	日		運 動 会				
26	月	牛乳・ビスケット	スパニッシュオムレツ・れんこんサラダ・もやしの中華和え・味噌汁・果物		牛乳★チーズ蒸しパン	467	507
27	火	牛乳・バナナ	松風焼き・大豆サラダ・大学芋・味噌汁・果物		ヨーグルト	523	546
28	水	牛乳・ビスコ	鶏肉の甘辛煮・グリーンサラダ・ナムル・味噌汁・果物		牛乳★さつま芋のガレット	590	630
29	木	牛乳・ジャムパン	さんま蒲焼風・ポテトサラダ・あまちゃん揚げ・味噌汁・果物		牛乳・えびせん	502	515
30	金	牛乳・おとっと	ローストチキン・スパゲッティーソテー・枝豆・スープ・果物		牛乳・パームクーヘン	462	480