



平成 28 年 9 月 1 日 豊間根保育園

楽しかったね グランパグランマクッキング

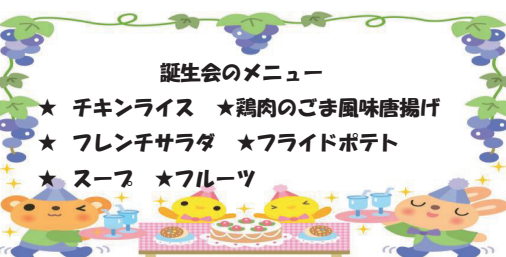
8月13日に、子供たちが栽培、収穫したじゃが芋を使って、おばあちゃん、お母さんたちとカレー作りをしました。
どんぐり組さんは玉葱の皮むき、まつぼっくり組みさんは、ピーラーで、じゃが芋、人参の皮むきをしました。また、教わりながら包丁で野菜切りにも挑戦しました。

最後は、みんなでカレーを食べて、楽しい時間を過ごしました。



朝食は一日の生活のスタートです。朝起きたときの身体はエネルギー不足で、体温も低い状態です。朝ごはんを食べることで体温が上がり、眠っていた脳や身体にスイッチが入ります。朝ごはんを食べないとぼーっとしてケガにつながったり、いらいらしたり、元気にあそぶことができません。また、1回の量があまり多く食べられない子どもにとって、朝食は大切な栄養源。お友達とたくさん活動できるように朝ごはんをしっかりと食べましょう！

今月のカミカミメニュー:れんこんきんぴら・大豆五目煮・いかせんべい



23日は誕生会ですので、ご飯はいりません。おしぼり、箸セットをお願いします。

※ お箸セット、おしぼりは毎日きれいにしてお持ちください。

※ 食材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。

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・ハーベスト	豚肉のごまだれ焼き・春雨サラダ・枝豆・味噌汁・果物	牛乳・いかせんべい	490	493
2	金	麦茶・クラッカー	カレーライス・コーンサラダ・茹で卵・牛乳・果物	ミニジュース・バームクーヘン	556	645
3	土	ヨーグルト	焼きそば・牛乳・果物	麦茶・お菓子		
4	日					
5	月	牛乳・ビスコ	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	ジョア☆チーズケーキ	587	639
6	火	ミニジュース・せんべい	鶏肉のさっぱり焼き・マカロニサラダ・枝豆・味噌汁・果物	牛乳・かりんとう	488	521
7	水	牛乳・卵ボーロ	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・ミニクロワッサン	550	587
8	木	麦茶・サブレ	チーズハンバーグ・シーフードスパゲッティ・トマト・スープ・果物	ミニジュース・せんべい	531	629
9	金	牛乳・ビスケット	サバの味噌煮・大豆五目煮・ブロッコリーのおかか和え・すまし汁・果物	牛乳☆チョコ蒸しパン	537	579
10	土		運 動 会			
11	日					
12	月	牛乳・ウエハース	野菜のメンチカツ・和風サラダ・ナムル・味噌汁・果物	ジョア☆キャロットケーキ	585	642
13	火	ミニジュース・クッキー	鮭のマヨネーズ焼き・じゃが芋のカレー炒め・トマト・味噌汁・果物	ヨーグルト・ウエハース	426	425
14	水	牛乳・たべっこ動物	鶏肉の味噌漬け焼き・大根サラダ・茹でブロッコリー・すまし汁・果物	牛乳・ミニチョコパン	512	436
15	木	麦茶・ブリッツ	煮魚・ビーフソテー・青菜の板かま和え・味噌汁・果物	牛乳☆フレックファッジ	459	566
16	金	牛乳・ビスコ	スコッチエッグ・三色コールスロー・ツナ和え・味噌汁・果物	ミニジュース・クッキー	518	552
17	土	ヨーグルト	カレーうどん・牛乳・果物	麦茶・お菓子		
18	日					
19	月		敬 老 の 日			
20	火	ミニジュース・クラッカー	鮭の照り焼き・ジャーマンポテト・ほうれん草のごま和え・味噌汁・果物	牛乳・ドーナツ	561	597
21	水	牛乳・せんべい	ミートローフ・スパゲッティサラダ・トマト・スープ・果物	☆オレンジゼリー	488	492
22	木		秋 分 の 日			
23	金	牛乳・ハーベスト	誕 生 会	プリン・ウエハース	662	691
24	土	ヨーグルト	ハヤシライス・牛乳・果物	麦茶・お菓子		
25	日					
26	月	牛乳・ウエハース	松風焼き・大豆サラダ・トマト・味噌汁・果物	牛乳・せんべい・カミカミ昆布	490	524
27	火	ミニジュース・サブレ	さんまの蒲焼・中華サラダ・ちくわの海女ちゃん揚げ・味噌汁・果物	ジョア・ビスケット	508	546
28	水	牛乳・クッキー	鶏肉の甘辛煮・フレンチサラダ・粉ふき芋・味噌汁・果物	ミニジュース・パイ菓子	519	513
29	木	麦茶・たべっこ動物	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☆黒ごまケーキ	514	621
30	金	牛乳・ブリッツ	ローストチキン・スパゲッティ・ソテー・野菜のごま和え・スープ・果物	☆フルーツヨーグルト	449	471

※ 「全園児午後おやつ」の欄の☆印は手作りおやつの日です。