

令和7年度 9月給食予定献立表

認定こども園 紫原幼稚園

| げつようび | かようび | すいようび | もくようび | きんようび | どようび |
|---|---|--|--|--|---|
| 1 ビビンバどん さつまいもサラダ わかめスープ スキムミルク アップルケーキ | 2 さかなのごまみそやき せんぎりだいこんのいために かきたまじる スキムミルク ひとくちゼリー・ビスコ | 3 チーズチキンカツ ごまドレサラダ きのこスープ スキムミルク ビスコッティ | 4 しゃきしゃきバーグ ちくわとコーンのサラダ かぼちゃのみそしる スキムミルク がねてん | 5 やさいのがんもどき もやしとかにかまのすのもの えのきとはくさいのスープ スキムミルク ツナマヨパン | 6 とりからマヨどん あつあげのみそしる バナナ スキムミルク ふんわりドーナツ |
| 8 こくとうパン・ぎゅうにゅう カレーふうみからあげ コールスローサラダ イタリアンスープ むぎちゃ おにぎり | 9 さけのパンこやき トマトのわふうサラダ とうふのみそしる スキムミルク あおのりいりこ・ぼたぼたやき | 10 誕生会 たきこみごはん まつかせやき カリカリサラダ もずくスープ プチシュークリーム スキムミルク マカロニきなこ | 11 ラーメン かつおふりかけ なし スキムミルク ごまのチュイール | 12 ちくせんに きゅうりのすのもの すましじる スキムミルク こくとうわらびもち | 13 ぶたにくのソテー マセドアンサラダ こまつなのみそしる スキムミルク オレンジ・ホームパイ |
| 15 敬老の日 | 16 ビビンバどん さつまいもサラダ わかめスープ スキムミルク アップルケーキ | 17 しおパン・ぎゅうにゅう ミートスパゲティ コンソメスープ パイナップル むぎちゃ オレンジゼリー | 18 さかなのごまみそやき せんぎりだいこんのいために かきたまじる スキムミルク ひとくちゼリー・ビスコ | 19 チーズチキンカツ ごまドレサラダ きのこスープ スキムミルク ビスコッティ | 20 とりからマヨどん あつあげのみそしる バナナ スキムミルク ふんわりドーナツ |
| 22 | 23 秋分の日 | 24 やさいのがんもどき もやしとかにかまのすのもの えのきとはくさいのスープ スキムミルク ツナマヨパン | 25 こくとうパン・ぎゅうにゅう カレーふうみからあげ コールスローサラダ イタリアンスープ むぎちゃ おにぎり | 26 さけのパンこやき トマトのわふうサラダ とうふのみそしる スキムミルク あおのりいりこ・ぼたぼたやき | 27 ぶたにくのソテー マセドアンサラダ こまつなのみそしる スキムミルク オレンジ・ホームパイ |
| 29 ラーメン かつおふりかけ なし スキムミルク ごまのチュイール | 30 ちくせんに きゅうりのすのもの すましじる スキムミルク こくとうわらびもち | <p>夏の陽ざしをいっぱい浴びた子ども達はたくましく、ひと回り大きくなった感じがします。 二学期は食育活動として「歯」のお話しをしたいと思います。砂糖の話し・歯の大切さ・歯磨きの仕方など よく噛むことは単に安全なだけではありません。将来に向けてのさまざまなメリットがあります。しっかりと咀嚼することで食べ物の 消化吸収を助け、満腹中枢が刺激されて肥満のリスクを下げることもつながります。そして何より、食べ物の味や香り、食感をより 深く感じられるようになり「おいしく味わって食べる」という喜び、そして食事の「楽しさ」を育むことにも繋がります。</p> | | | |